

**TINGKAT KETERAMPILAN MELEMPAR, MENANGKAP DAN  
MEMUKUL BOLA KASTI SISWA KELAS IV DAN V  
SD N TRAYU KECAMATAN SAMIGALUH  
KABUPATEN KULON PROGO**

**SKRIPSI**

**Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Yogyakarta  
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan**



**Oleh  
Akhadun Jamil  
NIM. 11601247102**

**PROGRAM STUDI PJKR KONSENTRASI PGSD PENJAS  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2015**

## **PERSETUJUAN**

Skripsi dengan judul : "Tingkat Keterampilan Melempar, Menangkap dan Memukul Bola Kasti Siswa Kelas IV dan V SD N Trayu Kecamatan Samigaluh Kabupaten Kulon Progo" yang disusun oleh Akhadun Jamil, NIM: 11601247102 ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, Januari 2015

Pembimbing

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'F. Suharjana', written over a horizontal line.

F. Suharjana, M.Pd

NIP. 19580706 198403 1 002

## **PERNYATAAN**

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Tingkat Keterampilan Melempar, Menangkap dan Memukul Bola Kasti Siswa Kelas IV dan V SD N Trayu Kecamatan Samigaluh Kabupaten Kulon Progo” ini benar-benar karya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, 08 Januari 2015

Yang menyatakan,



Akhadun Jamil

NIM. 11601247102

## PENGESAHAN


Skripsi dengan judul **"TINGKAT KETERAMPILAN MELEMPAR, MENANGKAP DAN MEMUKUL BOLA KASTI SISWA KELAS IV DAN V SD N TRAYU KECAMATAN SAMIGALUH KABUPATEN KULON PROGO "** yang disusun oleh Akhadun Jamil, NIM. 11601247102 telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal, 02 Februari 2015 dan dinyatakan lulus.

### DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
F. Suharjana, M.Pd	Ketua Penguji		2/02/15
Aris Fajar Pambudi, M.Or	Sekretaris Penguji		2/02/15
Suhadi, M.Pd	Penguji I (Utama)		2/02/15
R. Sunardianta, M.Kes	Penguji II (Pendamping)		2/02/15

Yogyakarta, Februari 2015  
Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Yogyakarta  
Dekan,



  
Agus Sudarko, M.S  
19670824 198601 1 001

## **MOTTO**

1. Bahwasanya setiap amal itu memiliki niat dan orang akan mendapatkan sesuatu sesuai dengan apa yang ianiatkan. (Al-Hadist).
2. Pendidikan merupakan perlengkapan paling baik untuk hari tua. (Aristoteles).

## **PERSEMBAHAN**

Dengan mengucapkan syukur kepada Allah SWT atas limpahan rahmat, taufik, hidayah serta inayah-Nya, saya persembahkan skripsi ini untuk:

1. Bapak dan Ibu saya (Komari dan Jaunah ) yang selalu mendoakan dan memberikan dukungan untuk terus berusaha.
2. Kakak dan adik saya (Sufrul Jamil dan Lukman Nul'aual Jamil) yang memberikan motivasi dan dukungan dan perhatian.

**TINGKAT KETERAMPILAN MELEMPAR, MENANGKAP DAN  
MEMUKUL BOLA KASTI SISWA KELAS IV DAN V  
SD N TRAYU KECAMATAN SAMIGALUH  
KABUPATEN KULON PROGO**

Oleh :  
Akhadun Jamil  
11601247102

**ABSTRAK**

Permasalahan dalam penelitian ini adalah kurangnya keterampilan siswa dalam melakukan teknik dasar bermain bola kasti yaitu melempar, menangkap, dan memukul bola kasti. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat keterampilan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti siswa kelas IV dan V SD N Trayu Kecamatan Samigaluh Kabupaten Kulon Progo belum pernah dilakukan.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif yang dituangkan dalam persentase. Subjek dalam penelitian ini siswa kelas IV dan V SD N Trayu Kecamatan Samigaluh Kabupaten Kulon Progo yang berjumlah 23 siswa. Instrumen penelitian ini adalah tes melempar, menangkap dan memukul bola kasti dari Girat Suryanto. Metode yang digunakan dalam mengumpulkan data menggunakan tes dan pengukuran.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Tingkat Keterampilan melempar bola kasti siswa kelas IV dan V SD N Trayu dengan kategori baik sekali 4 (17,39%), baik 4 (17,29%), cukup 8 (34,78%), kurang 7 (30,44%), dan sangat kurang 0 (0%). Tingkat Keterampilan menangkap bola kasti siswa kelas IV dan V SD N Trayu dengan kategori baik sekali 3 (13,04%), baik 2 (8,7%), cukup 11 (47,18%), kurang 7 (30,44%), dan sangat kurang 0 (0%). Tingkat Keterampilan memukul bola kasti siswa kelas IV dan V SD N Trayu dengan kategori sangat baik 0 (0%), baik 9 (39,13%), cukup 10 (43,48%), kurang 3 (13,04%), dan sangat kurang 1 (4,35%). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tingkat keterampilan melempar, menangkap dan memukul bola kasti siswa kelas IV dan V SD N Trayu Kecamatan Samigaluh Kabupaten Kulon Progo termasuk kategori cukup baik.

*Kata Kunci : Keterampilan, melempar, menangkap, memukul, siswa kelas IV dan V*

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT yang telah melimpahkan ahmat dan hidayah-Nya kepada penulis sehingga skripsi yang berjudul “Tingkat Keterampilan Melempar, Menangkap dan Memukul Bola Kasti Siswa Kelas IV dan V SD N Trayu Kecamatan Samigaluh Kabupaten Kulon Progo” dapat terselesaikan dengan baik.

Penulis selalu menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak akan terwujud tanpa ridho yang diberikan oleh Allah SWT serta bantuan dari semua pihak. Oleh karena itu penulis menyampaikan terimakasih yang setulus-tulusnya dan penghargaan kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Rochmat Wahab, M.Pd M.A, Selaku rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menimba ilmu di Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Bapak Rumpis Agus Sudarko, M.S, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah mengijinkan penulis untuk melakukan pengumpulan data guna pen yusunan tugas akhir skripsi.
3. Bapak Amat Komari, M.Si, Selaku Ketua Jurusan POR FIK UNY yang telah memberikan pengarahan, sumbang saran serta ijin dalam penyusunan tugas akhir skripsi.
4. Bapak Sriawan, M.Kes, Selaku Ketua Prodi PGSD PENJAS yang telah memberikan pengarahan, saran serta ijin dalam penyusunan tugas akhir skripsi.
5. Bapak Eddy Purnomo, M.Kes, selaku dosen Penasehat Akademik atas bimbingan dan arahannya.
6. Bapak F. Suharjana, M.Pd, selaku dosen pembimbing skripsi yang telah



memberikan bimbingan, saran, dorongan, dan motivasi dalam penyusunan skripsi ini.

7. Bapak dan Ibu dosen jurusan POR Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan pengetahuan dan wawasan serta memberikan bekal ilmu kepada penelitian.
8. Bapak Kepala Sekolah dan para guru SD N Trayu yang telah banyak membantu dalam pelaksanaan penelitian.
9. Semuatenan-teman dan pihak-pihak lain yang telah membantu dalam penyelesaian tugas akhir ini.

Penulis mengharapkan saran yang bersifat, membangun dari semua pihak. Harapan penulis semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis pribadi maupun para pembaca.

Yogyakarta, 08 Januari 2015

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PERSETUJUAN .....	ii
HALAMAN PERNYATAAN .....	iii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iv
MOTTO .....	v
PERSEMBAHAN .....	vi
ABSTRAK .....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR TABEL .....	xiii
DAFTAR GAMBAR .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xv
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	4
C. Pembatasan Masalah .....	5
D. Rumusan Masalah .....	5
E. Tujuan Penelitian .....	5
F. Manfaat Penelitian .....	6
BAB II. KAJIAN PUSTAKA	
A. Deskripsi Teori .....	7
1. Hakikat Keterampilan .....	7
2. Hakikat Permainan .....	8
a. Permainan Besar.....	8
b. Permainan Kecil .....	9
1) Permainan Kecil Tanpa Bola .....	9
2) Permainan Kecil dengan Bola .....	9
3. Hakikat Permainan Kasti .....	10
a. Pengertian Permainan Kasti.....	10
b. Teknik Permainan Kasti .....	10
1) Teknik atau Keterampilan Bermain .....	11
2) Kondisi Fisik atau Kesegaran Jasmani .....	11

3) Kecerdasan Daya Ingat dan Mental yang Baik ..	12
4) Peraturan Permainan .....	13
c. Gerak Dasar Permainan Kasti.....	13
1) Melempar Bola .....	13
a) Cara Melempar Bola dari Bawah .....	13
b) Melempar Bola dari Samping .....	14
c) Melempar Bola dari Atas .....	15
2) Menangkap Bola .....	15
3) Memukul Bola .....	18
a) Pukulan dari Bawah .....	18
b) Pukulan Mendatar .....	18
c) Pukulan dari Atas .....	19
4) Gerakan Berjalan, Berlari dan Menghindar .....	20
4. Karakteristik Siswa Sekolah Dasar .....	21
B. Penelitian yang Relevan .....	23
C. Kerangka Berpikir .....	23

### BAB III. METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian .....	26
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	26
C. Subjek Penelitian.....	27
D. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data .....	27
1. Instrumen Penelitian .....	27
a. Validitas .....	28
b. Reliabilitas .....	28
2. Teknik Pengumpulan Data .....	28
a. Tes Melempar Bola Kasti .....	29
b. Tes Menangkap Bola Kasti .....	30
c. Tes Memukul Bola Kasti .....	30
E. Teknik Analisis Data .....	31
1. Pengelompokan Hasil Tes .....	31
2. Teknik Analisis Data Penelitian .....	32

### BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Lokasi, Subjek dan Data Penelitian .....	33
1. Deskripsi Lokasi Penelitian .....	33
2. Deskripsi Subjek Penelitian .....	33
B. Hasil Penelitian .....	33
1. Keterampilan Dasar Melempar Bola Kasti Siswa Kelas IV dan V SD N Trayu .....	34
2. Keterampilan Dasar Menangkap Bola Kasti Siswa Kelas IV dan V SD N Trayu .....	35
3. Keterampilan Dasar Memukul Bola Kasti Siswa Kelas IV dan V SD N Trayu .....	37
C. Pembahasan .....	38
1. Keterampilan Dasar Melempar Bola Kasti Siswa Kelas IV dan V SD N Trayu .....	39

2. Keterampilan Dasar Menangkap Bola Kasti Siswa Kelas IV dan V SD N Trayu .....	39
3. Keterampilan Dasar Melempar Bola Kasti Siswa Kelas IV dan V SD N Trayu .....	40
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan .....	41
B. Implikasi Hasil Penelitian .....	42
C. Keterbatasan Penelitian .....	42
D. Saran .....	42
DAFTAR PUSTAKA .....	44
LAMPIRAN .....	46

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Pengelompokan Hasil Tes Melempar, Menangkap dan Memukul Bola Kasti .....	31
Tabel 2. Distribusi Frekuensi Keterampilan Dasar Melempar Bola Kasti Siswa Kelas IV dan V SD N Trayu Kecamatan Samigaluh.....	34
Tabel 3. Distribusi Frekuensi Keterampilan Dasar Menangkap Bola Kasti Siswa Kelas IV dan V SD N Trayu Kecamatan Samigaluh .....	36
Tabel 4. Distribusi Frekuensi Keterampilan Dasar Memukul Bola Kasti Siswa Kelas IV dan V SD N Trayu Kecamatan Samigaluh .....	37

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Gerakan Melempar Bola dari Bawah.....	14
Gambar 2. Gerakan Melempar Bola dari Samping.....	15
Gambar 3. Gerakan Melempar Bola dari Atas.....	15
Gambar 4. Menangkap Bola dari Atas .....	16
Gambar 5. Menangkap Bola Mendatar dari Samping .....	16
Gambar 6. Menangkap Bola Rendah .....	17
Gambar 7. Menangkap Bola Menggelinding .....	17
Gambar 8. Pukulan dari Bawah .....	18
Gambar 9. Pukulan dari Samping .....	19
Gambar 10. Pukulan dari Atas .....	20
Gambar 11. Tes Melempar Bola Kasti .....	29
Gambar 12. Tes Menangkap Bola Kasti .....	30
Gambar 13. Tes Memukul Bola Kasti .....	31
Gambar 14. Histogram Keterampilan Melempar Bola Kasti .....	35
Gambar 15. Histogram Keterampilan Menangkap Bola Kasti .....	36
Gambar 16. Histogram Keterampilan Memukul Bola Kasti .....	38

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Ijin Penelitian .....	47
Lampiran 2.	48
Lampiran 3. Surat Keterangan Pelaksanaan Penelitian .....	52
Lampiran 4. Kartu Bimbingan.....	53
Lampiran 5. Tabel Penilaian Tes Menangkap Kelas IV .....	54
Lampiran 6. Tabel Penilaian Tes Melempar Kelas IV .....	55
Lampiran 7. Tabel Penilaian Tes Memukul Kelas IV .....	56
Lampiran 8. Tabel Penilaian Tes Melempar Kelas V .....	57
Lampiran 9. Tabel Penilaian Tes Menangkap Kelas V .....	58
Lampiran 10. Tabel Penilaian Tes Memukul Kelas V .....	59
Lampiran 11. Hasil TesMelempar .....	60
Lampiran 12. Hasil Tes Menangkap .....	63
Lampiran 13. Hasil Tes Memukul.....	66
Lampiran 14. Dokumentasi Foto .....	69

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan sudah dikenal sejak manusia lahir di dunia Orang primitif dalam mendidik anak-anaknya lebih mengutamakan gerak jasmaninya yang bertujuan untuk mempertahankan hidup dan mencari makan. Adapun kegiatan itu meliputi: berburu, berlari (baik saat mencari makan maupun menghindari binatang buas), dan berenang. Orang primitif mengajarkan pada anak-anaknya pendidikan yang berhubungan dengan ketangkasan (Trisnowati tamat dan Moekarto Mirman, 2005:112).

Menurut Undang-undang Sistem Pendidikan Nasional (2005: 29-30, pasal 37 ayat 1), disebutkan bahwa, “Kurikulum Pendidikan Dasar dan Menengah diantaranya wajib memuat Pendidikan Jasmani dan Olahraga.” Ruang lingkup Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di sekolah dasar terdiri atas berbagai macam permainan dan olahraga, aktifitas pengembangan, uji diri atau senam, aktifitas ritmik, aktifitas air, dan pendidikan luar kelas.

Permainan kasti merupakan salah satu permainan bola kecil. Permainan ini dimainkan oleh 2 regu, yaitu : regu pemukul dan regu penjaga. Regu pemukul berusaha mendapatkan nilai dengan memukul bola kemudian berlari mengelilingi lapangan. Sebaliknya regu penjaga berusaha menangkap bola dan mematikan regu pemukul. Regu yang banyak mendapatkan nilai menjadi pemenangnya. Permainan sederhana ini dapat dimainkan di lapangan yang tidak begitu luas, berukuran panjang 65 meter dan lebarnya 30 meter ( Syamsir Ayis 2003:6.18). Keterampilan dasar yang harus dimiliki oleh



seorang pemain kasti adalah keterampilan melempar, menangkap dan memukul bola kasti, karena ketiga unsur tersebut yang dapat menentukan seorang pemain kasti dapat mendapatkan nilai dan dapat memenangkan sebuah permainan kasti.

Spesifikasi alat dan fasilitas pendukung yang dipergunakan dalam permainan kasti menurut Syamsir Azis ( 2003:6,18) di antaranya terdiri dari :

- (a). Bola kasti ( berat bola 70-85 gram, kelilin bola 19-21 cm, warna bola orange atau merah, bahan luar bola dari karet, bahan isi bola dari sabut elapa).
- (b). Kayu pemukul ( bahan kayu pemukul kayu serat memanjang, panjang pemukul 50-60 cm, pegangan 15-20 cm, garis tengah 3 cm, bidang pemukul 5 cm).
- (c). Nomor dada ( bahan : kain dengan warna dasar putih, ukuran 25x25 cm, tali 30 cm pada keempat sudut).
- (d). Tiang hinggap ( bahan : terbuat dari besi, ayu, bambu), tinggi tiang hinggap 1,5 m dari tanah).
- (e). Papan tulis untu mencatat nilai.
- (f). Kapur/tali untuk membuat garis tengah lapangan,
- (g). Bendera, untuk menjaga garis atau batas lapangan, serta beberapa pen-pen gari besi atau bambu.

Sekolah Dasar yang akan diteliti oleh penulis terletak di Kecamatan Samigaluh Kabupaten Kulon Progo yang berada di daerah pegunungan menoreh. SD N Trayu Kecamatan Samigaluh yang berada di Desa Ngargosari yang letaknya tepat di lereng pegunungan. Siswa SD N Trayu Kecamatan Samigaluh belum banyak mengenal permainan-permainan yang sudah modern, jadi permainan yang sering dimainkan pada waktu senggang di sekolah maupun pada waktu di luar jam sekolah adalah permainan-permainan tradisional dan permainan kecil yang tidak menggunakan aturan yang baku atau sekedar mendapatkan kesenangan bersama teman-teman sebayanya.

Permainan yang sering dilakukan pada waktu senggang di luar jam sekolah kebanyakan menggunakan alat seperti bola, tali, tumbuh-tumbuhan yang ada di sekitar. Sedangkan permainan yang sering dilakukan di sekolah diantaranya permainan atletik, lompat, kasti, sepak bola. Alat yang digunakan pun sangat minim atau seadannya yang ada di SD N Trayu. Permainan yang di sukai dan sering di mainkan pada saat pelajaran Penjasorkes salah satunya adalah permainan kasti.

Permainan kasti harus menguasai teknik dalam bermain kasti. Penguasaan teknik dasar dalam permainan kasti, sangat berkaitan erat dengan taktik dan strategi pertahanan dan penyerangan. Selain teknik-teknik dasar bermain tersebut, ternyata diperlukan kondisi fisik yang memadai untuk mengembangkan strategi dan dalam bertahan dan menyerang sesuai dengan posisi dan situasi bermain. Di samping itu dalam situasi bermain diperlukan ketrampilan-ketrampilan khusus untuk bermain dengan baik, seperti: bergerak cepat menangkap bola, melakukan pukulan, dan ketepatan melempar kesasaran sehingga diperlukan koordinasi gerak yang baik dari otot-otot lengan.

Satu hal yang harus diperhatikan lagi oleh pemain bola kasti. Pemain bola kasti hendaknya dilakukan dengan mematuhi semua aturan yang telah dibuat dan teknik yang memadai. Meskipun sudah mempunyai kematangan dengan ketrampilan teknik yang tinggi, tetapi keterampilan yang dimilikinya itu adalah keterampilan yang sesuai dengan tingkat kematangan dan tingkat umur mereka. Artinya mereka mempunyai tingkat keterampilan dan tingkat belajar koordinasi geraknya baru pada tingkat dasar atau tingkat satu. Keterampilan berikutnya adalah keterampilan tingkat dua atau pendalaman.

Baru tingkat tiga adalah keterampilan pada tingkat otomatis atau ingkat yang halus, biasanya ini dikuasai bagi mereka yang sudah berlatih sangat lama dan telah menjadi seorang yang benar-benar terampil (Supriyanti, 2009 : 4).

Salah satu indikator sederhana untuk melihat keterampilan siswa dalam bermain kasti adalah dengan melihat keterampilan melempar, menangkap dan memukul bola kasti. Sejauh ini, keterampilan melempar, menangkap dan memukul bola kasti SD Negeri Trayu kecamatan samigaluh kabupaten kulon progo, tahun pelajaran 2013/2014 belum diketahui. Atas dasar latar belakang masalah tersebut, maka penulis ingin melakukan penelitian untuk mengetahui tingkat keterampilan melempar, menangkap dan memukul bola kasti. Sejauh ini, keterampilan melempar, menangkap dan memukul bola kasti SD negeri Trayu Kecamatan Samigaluh Kabupaten Kulon Progo tahun pelajaran 2013/2014.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah, antara lain:

1. Siswa Kelas IV dan V SD N Trayu Kecamatan Samigaluh dalam bermain permainan kasti belum berjalan dengan baik.
2. Kurangnya peralatan olahraga yang dimiliki oleh SD Negeri Trayu kecamatan samigaluh kabupaten kulon progo tahun pelajaran 2013/2014.
3. Belum pernah dilakukan penelitian tentang Keterampilan melempar, menangkap dan memukul bola kasti di SD Negeri Trayu kecamatan samigaluh kabupaten kulon progo tahun pelajaran 2013/2014.

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah tersebut di atas agar jelas serta lebih terarah masalahnya maka perlu dibatasi permasalahan yang akan diteliti yaitu: Tingkat ketrampilan melempar, menangkap dan memukul bola kasti SD negeri Trayu kecamatan samigaluh kabupaten kulon progo tahun pelajaran 2013/2014.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan batasan masalah di atas, dapat dirumuskan permasalahan penelitian sebagai berikut:

Seberapa baik tingkat ketrampilan dasar melempar, menangkap, dan memukul bola kasti siswa kelas IV dan V SD Trayu Kecamatan Samigaluh Kabupaten Kulon Progo, Tahun Pelajaran 2013/2014?

### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan yang akan dicapai dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui seberapa baik tingkat ketrampilan dasar melempar bola kasti siswa kelas IV dan V SD Trayu Kecamatan Samigaluh Kabupaten Kulon Progo, Tahun Pelajaran 2013/2014.
2. Untuk mengetahui seberapa baik tingkat ketrampilan dasar menangkap bola kasti siswa kelas IV dan V SD Trayu Kecamatan Samigaluh Kabupaten Kulon Progo, Tahun Pelajaran 2013/2014.
3. Untuk mengetahui seberapa baik tingkat ketrampilan dasar memukul bola kasti siswa kelas IV dan V SD Trayu Kecamatan Samigaluh Kabupaten Kulon Progo, Tahun Pelajaran 2013/2014.

## **F. Manfaat Penelitian**

Setelah dilakukan penelitian ini diharapkan hasilnya:

1. Secara Teoritis
  - a. Sebagai pertimbangan dalam mengembangkan pendidikan pembelajaran pendidikan jasmani.
  - b. Dapat mengetahui hasil pembelajaran pendidikan jasmani bagi peserta didik.
  - c. Memberikan pengetahuan tentang pentingnya hasil pembelajaran, sehingga hasil pembelajaran dapat digunakan untuk meningkatkan prestasi belajar.
2. Secara Praktis
  - a. Bagi Siswa

Dapat meningkatkan ketrampilan pembelajaran siswa dalam melakukan permainan olahraga khususnya permainan kasti.
  - b. Bagi Guru

Memberikan bekal bagi guru pendidikan jasmani dalam mengembangkan proses belajar mengajar.
  - c. Bagi Sekolah

Sebagai pertimbangan untuk menambah alat dan fasilitas olahraga demi kelancaran pembelajaran.

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **A. Deskripsi Teori**

##### **1. Hakikat Keterampilan**

Keterampilan atau skill dalam dunia olahraga ditandai dengan adanya aktivitas fisik yang bukan saja melibatkan otot-otot besar, melainkan juga melibatkan otot-otot halus dalam melakukan gerakan. Keterampilan dalam olahraga berbeda-beda antara satu cabang olahraga dengan cabang olahraga lain. Istilah keterampilan ini memiliki beberapa pengertian, tetapi yang lazim digunakan menurut Lutan ([www.ejournal-unisma.com](http://www.ejournal-unisma.com)) adalah sebagai berikut: “Keterampilan dipandang sebagai satu perbuatan yang merupakan sebuah indikator dari tingkat kemahiran, juga dapat dinyatakan untuk menggambarkan tingkat kemahiran seseorang melaksanakan suatu tugas.” Lebih lanjut Lutan([www.ejournal-unisma.com](http://www.ejournal-unisma.com)) menjelaskan, “Seseorang dapat dikatakan terampil atau mahir ditandai oleh kemampuan untuk menghasilkan sesuatu dalam kualitas yang tinggi dengan tingkat keajegan yang cukup mantap”.

Laban dan Laurence yang dikutip oleh Mahendra dan Ma'mun ([www.ejournal-unisma.com](http://www.ejournal-unisma.com)) menjelaskan bahwa: “ Keterampilan adalah usaha ekonomis yang diperlibatkan seseorang selama melakukan gerakan yang Kompleks”. Berdasarkan kajian teori dari beberapa ahli dapat diambil kesimpulan, Keterampilan adalah kesanggupan yang dimiliki oleh individu untuk menyelesaikan sesuatu berdasarkan tujuan dengan mahir, cepat dan cermat.

Menurut Amung Ma'mun dan Yudha (2000:70), pencapaian suatu keterampilan dipengaruhi oleh banyak faktor. Faktor-faktor tersebut dibedakan

menjadi tiga hal, yaitu: faktor proses belajar mengajar, faktor pribadi dan situasional (lingkungan), faktor proses belajar (learning proses), dalam pembelajaran gerak, proses belajar yang harus diciptakan adalah dilakukan berdasarkan tahapan-tahapan yang digariskan oleh teori belajar yang diyaini kebenarannya serta dipilih berdasarkan nilai manfaatnya.

## **2. Hakikat Permainan**

Pendidikan olahraga di sekolah terdiri dari beberapa macam aktivitas. Salah satu di antaranya adalah permainan. Permainan merupakan salah satu cabang olahraga diharapkan mampu mengembangkan anak didik sesuai dengan tujuan pendidikan yang ingin dicapai. Pada umumnya manusia, baik anak-anak, orang dewasa, pria maupun wanita senang bermain. Dari rasa senang bermain inilah mudah diketahui keadaan asli orang yang bermain, sebab secara tidak sadar mereka seponatan berbicara, bertindak dan bertingkah laku sesuai dengan kebiasaanya. Dengan demikian permainan dapat digunakan sebagai alat untuk memacu potensi aktifitas anak yang berupa gerak, sikap dan perilaku. Kemudian bilamana perlu guru olahraga dapat memberi bentuk, isi dan arah sesuai dengan tujuan pendidikan (Suharsono dan Sukintaka, 1982 : 1).

### **a. Permainan Besar**

Permainan besar adalah suatu bentuk permainan yang mempunyai peraturan-peraturan baku, baik peraturan tentang fasilitas dan perlengkapan maupun peraturan permainan dan perwasitan. Permainan ini umumnya sudah mempunyai Induk Organisasi yang baku tingkat nasional

## **b. Permainan Kecil**

Permainan kecil adalah segala bentuk permainan yang tidak mempunyai peraturan yang baku dalam penerapannya baik mengenai peraturan permainan, alat yang digunakan, ukuran lapangan maupun durasi waktu permainan. Permainan kecil dapat disesuaikan dengan keadaan maupun situasi dimana dan kapan permainan yang dimaksud dilaksanakan. Disamping itu permainan kecil tidak mempunyai Induk Organisasi apalagi Induk Organisasi Nasional.

Masa paling menyenangkan dari kehidupan manusia ialah masa anak-anak. Diakui atau tidak, masa dimana menjadi seorang anak yang dipikirkan adalah bermain. Hal ini dapat kita manfaatkan dalam metode pembelajaran pendidikan jasmani bagi anak didik kita khususnya anak usia Sekolah Dasar. Permainan kecil dapat digolongkan menjadi :

### **1) Permainan Kecil Tanpa Bola**

Dibawah ini beberapa contoh permainan kecil yang tidak menggunakan alat bola:

- a) Gobak sodor
- b) Permainan menjala ikan
- c) Permainan kucing dan tikus
- d) Permainan hijau-hitam

### **2) Permainan Kecil Dengan Bola**

Bola merupakan alat bermain yang sederhana dan menyenangkan, dibawah ini adalah contoh permainan kecil dengan menggunakan bola:

- a) Kasti



- b) Bola Bakar
- c) Rounders
- d) Kiepers

(Dakujate:<http://Penjaskes.blogspot.com>)

### **3. Hakikat Permainan Kasti**

#### **a. Pengertian Permainan Kasti**

Menurut Srihati Waryati,dkk (1993: 103), permainan kasti adalah permainan dilapangan yang menggunakan bola kecil dan alat pemukul kayu. Permainan kasti di mainkan oleh dua regu pemain, masing-masing regu pemukul dan regu lapangan. Permainan kasti dimainkan khusus oleh anak laki-laki saja atau dimainkan oleh anak-anak perempuan, terutama dimainkan oleh anak-anak sekolah dasar.

Permainan kasti sangat cocok diberikan pada siswa sekolah dasar. Didalam permainan kasti terkandung nilai-nilai positif, utamanya bagi pertumbuhan dan perkembangan jasmani. Permainan bola kasti menumpuk kedisiplinan. Permainan ini juga melatih kejujuran, kerjasama, dan tanggung jawab. Kasti juga dapat dimainkan oleh anak laki-laki maupun anak perempuan. Oleh karena itu, permainan kasti sangat cocok bagi anak usia sekolah dasar.

#### **b. Teknik Permainan Kasti**

Taktik permainan atau disebut juga siasat adalah seni dalam permainan yang direncanakan dan dipikirkan serta disesuaikan dengan keadaan untuk mendapatkan hasil yang maksimal. Keberhasilan dalam menggunakan taktik sangat tergantung dari kecerdasan, daya ingat dan mental.

Taktik ini dapat dikembangkan dengan banyak melakukan latihan-latian bermain dan pengalaman bertanding. Dengan banyak melakukan pertandingan-pertandingan, para pemain akan banyak mempunyai pengalaman, sehingga dapat menggunakan pengalamannya untuk melakukan suatu taktik yang lebih baik. Taktik dapat digunakan sesuai dengan situasi pada saat-saat tertentu, jadi taktik ini sifatnya selalu berubah-ubah. Taktik ini dapat dilakukan terus selama menguntungkan regunya dan dapat segera dirubah apabila merugikan.

Menurut Srihati Waryati, dkk (1993 :164), taktik dapat dilakukan dengan baik apabila didasari oleh penguasaan tentang:

#### **1) Teknik atau Ketrampilan Bermain**

Taktik tidak mungkin dilakukan dengan baik apabila tanpa penguasaan gerak dasar bermain yang baik. Seorang pemukul yang tidak menguasai teknik memukul, tidak akan dapat memukul bola kearah tempat kosong atau tempat yang tidak di jaga oleh pemain regu lapangan. Pemain regu lapangan tidak akan dapat menangkap bola dari pukulan pemain regu pemukul apabila tidak menguasai teknik menangkap bola dengan baik, sehingga gagal untuk mendapatkan nilai tangkap bola. Jadi untuk dapat mengerjakan taktik bermain yang tepat harus didasari oleh gerak dasaratau ketrampilan bermain yang baik.

#### **2) Kondisi Fisik atau Kesegaran Jasmani**

Agar taktik yang dilakukan dapat berhasil, harus didasari oleh kondisi fisik yang baik, yaitu meliputi daya tahan, kecepatan, kelincahan, dan kekuatan. Seorang pemain regu pemukul harus dapat berlari dengankecepatan tinggi agar tidak mudah di matikan atau

dilempar dengan bola saat menuju ketiang pertolongan, tiang bebas atau saat menuju keruang bebas. Pelari juga harus mempunyai kelincahan dalam menghindarkan diri dari lemparan bola. Agar dapat mengejar pelari, pemain regu lapangan harus dapat berlari dengan cepat. Untuk dapat bermain 2X20 menit atau 2X30 menit secara terus menerus tanpa kelelahan, pemain harus memiliki kesegaran jasmani yang baik.

### **3) Kecerdasan, Daya Ingat dan Mental yang Baik**

Daya ingat yang baik sangat diperlukan dalam melakukan taktik. Pemain regu lapangan harus mengetahui arah pukulan bola dari tiap-tiap pemain regu pemukul, dan dengan cepat harus dapat mengambil keputusan kearah mana bola yang dipegang harus dioperkan atau dilemparkan, agar segera terjadi pergantian atau untuk menghambat pelari dalam memperoleh nilai.

Pemain regu pemukul harus mempunyai daya ingat yang baik mengenai kemampuan bermain dari tiap-tiap pemain regu lapangan, sehingga dapat mengarahkan pukulanya ketempat kosong atau kearah pemain regu lapangan yang lemah.

### **4) Peraturan Permainan**

Setiap pemain baik pemain regu pemukul maupun pemain regu lapangan harus menguasai peraturan permainan kasti, sehingga dalam melakukan taktik tidak melanggar dan tidak bertentangan dengan peraturan permainan yang ada.

Taktik dapat dilakukan oleh regu pemukul atau regu lapangan. Taktik yang dilakukan oleh regu pemukul disebut juga taktik

penyerangan dan taktik yang dilakukan oleh regu lapangan disebut juga taktik pertahanan. Taktik penyerangan bertujuan untuk memperoleh nilai sebanyak-banyaknya. Sedangkan taktik pertahanan bertujuan mencegah lawan untuk mendapatkan nilai dan berusaha agar segera terjadi pergantian.

### **c. Gerak Dasar Permainan Kasti**

Menurut Supriyanti (2009: 8-18), agar bisa bermain bola kasti dengan baik, maka harus bisa menguasai ketrampilan gerakan, seperti ketrampilan gerakan melempar, menangkap, memukul bola dan ketrampilan melakukan gerakan lari atau berjalan. Ada beberapa macam ketrampilan yang harus dikuasai dalam permainan kasti, diantaranya adalah :

#### **1) Melempar Bola**

Pemain kasti yang baik harus pandai melakukan lemparan bola. Pada dasarnya melempar bola dapat dibedakan menjadi tiga macam, yaitu lemparan bawah, lemparan samping, dan lemparan atas.

##### **a) Cara Melempar bola dari Bawah**

Cara memegang bola dengan baik yaitu bola dipegang dengan jari-jari tangan diantara ruas-ruas jari dan ditahan oleh ibu jari dan kelingking. Saat melakukan lemparan bola, pandangan harus ke sasaran. Selanjutnya, bila melemparkan dengan tangan kanan, maka kaki kiri berada di depan, sedangkan kaki kanan berada di belakang. Lalu lengan kanan ditarik ke belakang dan selanjutnya ayunkan lengan kanan yang memegang bola ke depan.

Untuk menghasilkan lemparan yang baik, maka harus berlatih cara melempar bola dengan serius dan dilakukan secara berulang-ulang.



Gambar 01. Gerakan Melempar Bola dari Bawah  
Supriyanti. (2009)

b) Melempar Bola dari Samping

Cara melempar bola dari samping hampir sama dengan cara melempar bola dari bawah. Bedanya hanya lengan mengayun dengan cara membengkokkan siku ke bagian luar sehingga bola dilemparkan secara mendatar.



Gambar 02. Gerakan Melempar Bola dari Samping  
Supriyanti. (2009)

c) Melempar Bola dari Atas

Cara melempar bola dari atas tidak jauh berbeda dengan kedua gerakan di atas. Adapun yang membedakan adalah pada saat bola diayunkan ke belakang, bola diayun melewati atas kepala dan dilemparkan melalui samping kepala.



Gambar 03. Gerakan Melempar Bola dari Atas  
Supriyanti. (2009)

2) Menangkap Bola

Keterampilan gerak berikutnya yang harus bisa dikuasai dalam permainan kasti adalah ketrampilan menangkap bola. Cara melakukan penangkapan bola yang baik tergantung dari cara kita, terutama posisi badan dan posisi tangan pada saat akan menangkap bola yang datang. Kita harus melihat arah bola datang. Apakah bola itu melambung, bola lurus ke arah badan, bola melengkung, bola rendah ataupun bola menggelinding menyusuri tanah. Berikut ini beberapa cara menangkap bola :

- a) Apabila arah bola melambung, maka untuk menangkap bola tersebut posisi kedua tangan berada di atas. Kedua tangan hampir seluruhnya menghadap ke arah datangnya bola, kedua ibu jari dan

telunjuk saling berdekatan.



Gambar 04. Menangkap Bola dari Atas  
Supriyanti. (2009)

- b) Untuk menangkap bola yang datangnya lurus dan mendatar, maka ke dua tangan dijulurkan ke depan dan badan sedikit diluruskan. Namun, jika datangnya bola mendatar tersebut berada di samping badan, maka lengan dijulurkan ke samping.



Gambar05. Menangkap Bola Mendatar dari Samping  
Supriyanti. (2009)

- c) Menangkap bola yang datangnya menggulir dengan cara berjongkok yaitu kaki kanan ditekuk ke depan dan kiri ke belakang. Posisi ke dua tangan agak rapat membentuk sebuah kantong.



Gambar 06. Menangkap Bola Rendah  
Supriyanti. (2009)

- d) Apabila datang bola rendah, maka untuk menangkapnya posisi tangan hampir sama dengan datangnya bola mendatar. Hanya kedua lutut agak ditekuk agar badan merendah.
- e) Cara menangkap bola yang datangnya menggelinding atau menyusuri tanah adalah merupakan bagian yang terpenting dalam permainan kasti. Dengan cara badan dibungkukkan ke depan dan kedua lutut di tekuk serta kedua lengan diluruskan ke bawah. Atau dapat juga dilakukan dengan sikap salah satu lutut ber tumpu pada tanah dan kedua lengan diluruskan ke bawah mendekati tanah.



Gambar 07. Menangkap Bola Menggelinding  
Supriyanti. (2009)

### 3) Memukul Bola

Gerakan dasar berikutnya adalah ketrampilan memukul bola. Seorang pemain kasti harus bisa menguasai cara memukul yang baik,



agar pukulanya sesuai yang diinginkan. Cara memegang kayu pemukul bola kasti cukup menggunakan satu tangan. Adapun cara memukul bola kasti bisa dilakukan dengan tiga cara, yaitu :

a) Pukulan dari Bawah

Pukulan seperti ini dilakukan jika bola melambung agak rendah dan pemukul melakukan pukulan, sehingga bola melambung ke atas. Pukulan seperti ini kurang menguntungkan karena mudah ditangkap oleh lawan akan tetapi sangat mudah dilakukan.



Gambar 08. Pukulan dari Bawah  
Supriyanti. (2009)

b) Pukulan Mendatar

Pukulan bola mendatar akan menghasilkan bola mendatar dan keras. Caranya dengan mengayunkan kayu pemukul lurus ke depan. Pukulan seperti ini apabila masih pemula agak susah dilakukan. Namun apabila sudah pandai menguasai pukulan semacam ini, maka pukulan akan sangat keras dan bolanya akan jatuh pada jarak yang jauh sekali.



Gambar 09. Pukulan dari Samping  
Supriyanti. (2009)

c) Pukulan dari Atas

Pukulan seperti ini akan mnghasilkan bola pukulan ke bawah. Cara pukulan semacam ini biasanya dilakukan agar bola sulit ditangkap dan sang pemukul akan selamat sampai ke tiang hinggap.

Untuk bisa melakukan pukulan dengan baik perlu melakukan latihan secara rutin baik itu cara memegang pemukul kayu, cara mengayun pemukul ataupun cara cara melakukan pukulan dengan tepat.



Gambar 10. Pukulan dari Atas  
Supriyanti. (2009)

#### 4) Gerakan Berjalan, Berlari, dan Menghindar

Dalam permainan bola kasti, ketrampilan gerakan seperti berlari, berjalan, ataupun menghindar sangat diperlukan. Untuk itu para pemain kasti sebelum melakukan permainan harus terlebih dahulu melakukan pemanasan, seperti lari kecil ataupun gerakan kecil lainnya.

Di samping itu, gerakan menghindar dalam permainan kasti sangat berperan penting. Sebab bila tidak memiliki ketrampilan menghindar, maka akan mudah sekali tertangkap lawan dengan dilempar bola.

Untuk itu pada setiap pemain kasti perlu diperkenalkan teknik dasar permainan seperti jalan, lari, melempar, menangkap dan memukul bola kasti. Dengan mengenalkan semacam itu, maka pemain secara otomatis sudah menguasai gerak dasar permainan kasti. Namun sebaiknya sebelum melakukan permainan kasti yang sebenarnya, maka perlu dilakukan permainan bola sentuh.

#### **4. Karakteristik Siswa Sekolah Dasar**

Anak besar merupakan anak pada usia sekolah dasar yaitu antara 6 tahun sampai 12 tahun (Trisnowati Tamat dan Moekarto Mirman. 2005: 479). Pada fase umur ini anak sudah berkembang baik fisik maupun rohaninnya. Perkembangan fisik tiap-tiap anak pasti berbeda-beda faktor yang mempengaruhi diantaranya faktor gizi, lingkungan, kebiasaan sehari-hari dan perlakuan orang tua terhadap anak. Nutrisi dan kesehatan berpengaruh terhadap perkembangan fisik anak. Kekurangan nutrisi dapat menyebabkan perkembangan anak jadi lamban, kurang berdaya dan tidak aktif. Sebaliknya anak yang memperoleh makanan bergizi, lingkungan yang menunjang, perlakuan orang tua serta kebiasaan hidup yang baik akan menunjang pertumbuhan dan perkembangan anak. Selain faktor nutrisi atau gizi, aktifitas olahraga juga berpengaruh terhadap perkembangan jasmani anak. Seorang anak yang jarang berolahraga akan menyebabkan kegemukan dan mudah sakit.

Faktor orang tua sangat penting terhadap perkembangan fisik anak. Orang tua harus memperhatikan kesehatan anaknya, pengawasan dan penanganan yang salah akan mempengaruhi perkembangan dan pertumbuhan anak. Menurut Endang R. Sukamti (2007: 1-2) pertumbuhan adalah proses yang ada pada diri seseorang yang bersifat kuantitatif, atau peningkatan dalam hal ukuran. Perkembangan adalah proses perubahan kapasitas fungsional atau kemampuan kerja organ-organ kearah keadaan yang makin terorganisasi dan terspesialisasi.

Sedangkan perkembangan secara rohani dapat diketahui dari perkembangan intelektual dan emosional. Perkembangan intelektual

dipengaruhi oleh kesehatan, pergaulan dan pembinaan orang tua. Sedangkan perkembangan emosional dipengaruhi oleh usia pendidikan, lingkungan dan pembinaan orang tua. Jadi dapat disimpulkan bahwa pembinaan orang tua memegang peran penting terhadap perkembangan rohani atau psikis seorang anak.

Seorang anak usia sekolah dasar mempunyai karakteristik yang berbeda dengan anak pada usia lainnya. Menurut Nursidik Kurniawan (Nhowitser.multiply: 2007) anak usia Sekolah Dasar memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

- a. Anak lebih senang bermain
- b. Anak lebih senang bergerak
- c. Seorang anak akan lebih senang berkumpul atau berkelompok
- d. Lebih senang mempraktekan hal yang baru

Dapat disimpulkan bahwa pada usia sekolah dasar yaitu umur 6-12 tahun seorang anak akan lebih banyak bergerak dan bermain dengan temannya. Untuk itu pembelajaran olahraga yang sesuai adalah permainan. Adapun olahraga permainan antara lain : kasti, kippers, rounders, sepak bola, gobak sodor, dan lain-lain. Yang perlu diperhatikan adalah jangan menekankan pada peraturan permainan yang sebenarnya, cukup dengan peraturan yang sederhana. Dengan peraturan yang sederhana diharapkan gerak anak lebih optimal.

## **B. Penelitian Yang Relevan**

Penelitian yang relevan artinya penelitian yang hampir sama dengan situasi atau keadaan yang akan diteliti :

- A. Penelitian Sumirah (2010), yang berjudul: “Kemampuan Melempar Bola Kasti Pada Siswa Kelas IV dan V SD negeri Punukan, Kecamatan Wates, Kabupaten Kulon Progo”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan untuk melempar bola kasti Siswa Kelas IV dan V SD negeri Punukan, Kecamatan Wates, Kabupaten Kulon Progo termasuk dalam kategori baik 70%, kategori sedang 30%, dan kategori kurang 0%.
- B. Penelitian Dodi Herlambang (2010), yang berjudul:” Perbedaan Kemampuan Melempar Bola Kasti Siswa Kelas VI Sekolah Dasar Di Pedesaan Dengan Sekolah Dasar Di Perkotaan.” Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kemampuan Melempar Bola Kasti Siswa Kelas VI Sekolah Dasar Di Pedesaan Dengan Sekolah Dasar Di Perkotaan. Kemampuan melempar siswa kelas VI SD ternyata lebih baik dibandingkan dengan kemampuan melempar siswa kelas VI SD di perkotaan.

## **C. Kerangka Berpikir**

Dalam aktivitas sehari-hari yang kita lakukan secara sadar maupun tidak sadar memerlukan kekuatan otot. Kekuatan otot tersebut dalam kehidupan sehari-hari biasanya digunakan untuk bekerja dan melakukan suatu kegiatan. Kegiatan tersebut seperti berjalan, berlari, mengangkat barang, melempar bola, menangkap bola serta memukul bola. Dalam lingkup olahraga biasa digunakan pada cabang olahraga permainan seperti bermain bola kecil yaitu kasti. Pada permainan kasti tersebut kekuatan otot digunakan untuk memukul

bola, berlari, menghindari tangkapan lawan, serta melempar dan menangkap bola sehingga memperoleh hasil lemparan dan tangkapan yang maksimal. Salah satu kekuatan otot yang dimiliki manusia adalah kekuatan otot lengan. Setiap individu memiliki kekuatan otot yang berbeda-beda. Hal ini disebabkan karena beberapa faktor yang mempengaruhi, diantaranya intensitas latihan dan rutinitas sehari-hari yang dilakukan.

Sesuai dengan kurikulum pendidikan jasmani SD, permainan kasti merupakan salah satu cabang olahraga permainan bola kecil yang diajarkan pada siswa kelas IV dan V SD. Oleh karena itu, guru pendidikan jasmani perlu mengajarkan teknik-teknik dasar permainan kasti yang benar. Teknik-teknik dasar permainan kasti tersebut, diantaranya terdiri dari: melempar bola, menangkap bola dan memukul bola.

Beberapa teknik dasar permainan kasti hampir sama dengan teknik dasar bermain *rounders*, salah satu diantaranya adalah teknik melempar, menangkap dan memukul bola. Namun demikian karakteristik permainan kasti tidak dapat disamakan dengan permainan *rounders*. Teknik melempar, menangkap dan memukul bola tersebut merupakan teknik yang sangat penting dalam permainan kasti sehingga keterampilan melempar, menangkap dan memukul bola perlu dikuasai secara baik dan benar. Oleh sebab itu, perlu dibuat suatu tes permainan kasti yang digunakan untuk mengukur keterampilan bermain kasti. Hal ini perlu dilakukan karena sampai saat ini belum diketahui alat evaluasi/tes baku yang dipergunakan untuk mengukur kemampuan bermain kasti.

Berdasarkan dari kemiripan antara permainan kasti dan *rounders* tersebut, maka peneliti ingin menyusun tes permainan kasti khususnya pada

teknik dasar permainan kasti yaitu melempar, menangkap dan memukul bola kasti dengan modifikasi dari tes *rounders* yang sudah (baku) dengan mengubah beberapa karakteristik sehingga sesuai dengan permainan kasti. Dengan demikian perlu disusun serangkaian tes atau menyusun instrumen untuk mengukur keterampilan bermain kasti yang berbeda dengan keterampilan bermain *rounders*.



### **BAB III**

#### **METODE PENELITIAN**

##### **A. Desain Penelitian**

Penelitian ini adalah penelitian survei dengan teknik tes, yaitu mendeskripsikan kemampuan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti siswa kelas IV dan V SD Negeri Trayu kecamatan Samigaluh. Dalam penelitian ini, peneliti ingin memperoleh gambaran tentang tingkat kecakapan melempar, menangkap dan memukul bola kasti siswa SD Negeri Trayu Kecamatan Samigaluh. Pada saat penelitian berlangsung tanpa pengujian hipotesis penelitian. Teknik tes diperoleh data tentang kemampuan melempar dan menangkap serta memukul bola kasti dalam penelitian ini.

##### **B. Definisi Operasional Variabel Penelitian**

Untuk menghindari terjadinya salah pengertian dalam penelitian ini maka perlu adanya batasan operasional variabel penelitian. Adapun variabel dalam penelitian ini adalah : tingkat keterampilan melempar bola, menangkap bola dan memukul bola kasti siswa kelas IV dan V SD N Trayu Kecamatan Samigaluh, Kabupaten Kulon Progo. Keterampilan melempar bola kasti adalah kesanggupan atau keterampilan yang dimiliki setiap individu untuk menyalurkan tenaga ke suatu benda yang menghasilkan daya atau kekuatan ke depan atau atas. Hasil lemparan siswa dengan menggunakan lemparan atas ke arah sasaran dengan jarak 10 meter yang dilakukan sebanyak 10 kali lemparan, yang diukur dengan tes keterampilan melempar bola kasti.

Sedangkan keterampilan menangkap bola kasti adalah kemampuan siswa menangkap bola yang diumpankan oleh teman saling berhadapan pada jarak 5 meter yang dilakukan sebanyak 10 kali menangkap bola. Berapa kali

bola kasti yang dapat ditangkap siswa dalam 10 kali kesempatan adalah sebagai skor tes menangkap bola kasti, yang diukur dengan kemampuan tes menangkap bola kasti. Sedangkan kemampuan memukul bola kasti dengan menggunakan tes memukul bola kasti sebanyak 10 kali kesempatan yang diumpankan oleh pengumpan dari jarak 5 meter. Hasil pukulan yang dipakai sebagai skor adalah berapa kali testi mampu memukul bola kasti dengan benar, yang dilakukan dengan tes memukul bola kasti.

### **C. Subjek Penelitian**

Menurut Ngatman Suwito (2012: 3), populasi adalah kumpulan subjek yang akan diduga karakteristiknya. Sedangkan menurut Sugiono (2006 :55), populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang diterapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan penelitian populasi yaitu semua populasi dijadikan sebagai subjek penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas IV berjumlah 9 siswa dan V berjumlah 14 siswa. Sehingga jumlah siswa dalam penelitian ini adalah sebanyak 23 siswa.

### **D. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data**

#### **1. Instrumen Penelitian**

Instrumen adalah suatu alat yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati ( Sugiono 2009: 148). Instrumen penelitian merupakan alat ukur yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya menjadi lebih mudah dan hasilnya lebih baik.

Instrumen yang dipergunakan dalam penelitian ini berupa pelaksanaan tes melempar, menangkap dan memukul bola kasti dengan ketentuan –

ketentuan khusus. Instrumen dalam penelitian ini adalah modifikasi tes keterampilan bermain rounders oleh R Sunardianta yang dikutip oleh Girat Suryanto (2012 : 25).

a. Validitas

Koefisien validitas pada uji intrumen ini menggunakan rumus *corrected item correlation* sesuai dengan olahan program SPSS yang terdapat dikomputer dengan hasil koefisien validitas = 0,82

b. Reliabilitas

Untuk mencari koefisien reliabilitas pada uji intrumen ini menggunakan koefisien *alpha crombach* sesuai dengan olahan pada program SPSS yang terdapat dikomputer dengan koefisien reliabilitas melempar = 0,749, menangkap = 0,723, dan memukul = 0,535 tingkat signifikansinya = 0,757 ( $p=0,05$ ).

## 2. Teknik Pengumpulan Data

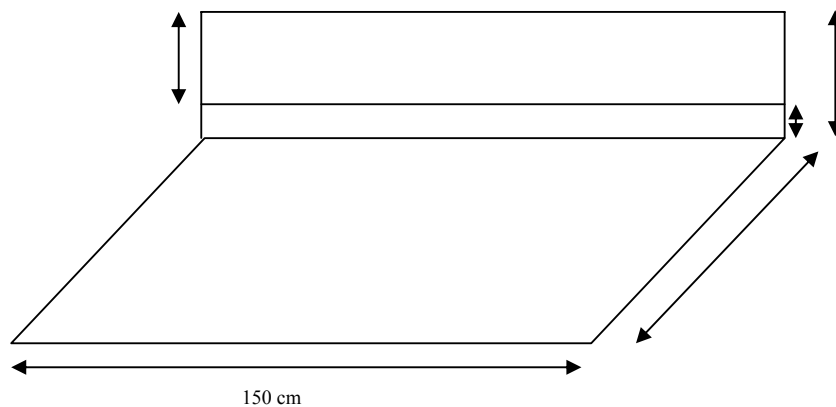
Teknik pengumpulan data yang di gunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik tes dan pengukuran. Dalam mengambil data berpedoman pada petunjuk pelaksanaan tes dan pengukuran. Petunjuk pelaksanaan tes dan pengukuran berfungsi sebagai acuan bagi peneliti, tenaga pelaksanaan dan testi sebelum peneliti melakukan penelitian terlebih dahulu member pengetahuan dan latihan kepada tenaga pelaksana untuk menghindari kesalahan pada saat penelitian. Testi juga harus diberi pengetahuan petunjuk pelaksanaan agar dapat melakukan praktek tes dengan baik dan benar.

Dalam pengambilan data semua tes dilakukan di halaman SDN Trayu. Sebelum tes dilakukan terlebih dahulu semua siswa dipimpin untuk melakukan pemanasan secukupnya. Selanjutnya siswa (testi) secara bergantian

melakukan tes dengan diawali melakukan tes melempar bola, kemudian tes menangkap bola dan di akhiri dengan tes memukul bola kasti. Adapun pelaksanaan rincian tes tersebut adalah sebagai berikut:

**a. Tes Melempar Bola Kasti**

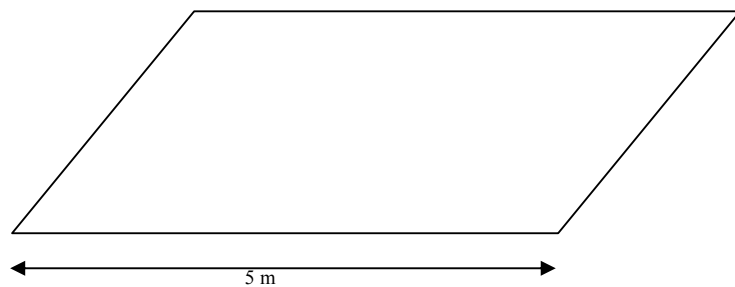
- 1) Tujuan: untuk mengukur ketepatan dalam melempar bola kesasaran yang telah ditentukan.
- 2) Peralatan: bola kasti, cone/kardus.
- 3) Pelaksanaan: testi berdiri di titik lemparan dengan memegang bola. Bola dilempar dengan lemparan atas pada sasaran yang telah ditentukan. Sasaran lemparan adalah berupa rentangan tali atas yang pada ujungnya di tancapkan tongkat atau lembing setinggi 140 cm dan tali rentang bawah setinggi 30 cm. Pada rentang tali lebarnya adalah 150 cm. Jarak pelempar ke sasaran adalah 10 meter. Kesempatan testi melempar ke sasaran adalah sebanyak 10 kali kesempatan.
- 4) Penyebaran:
  - Skor 1 : jika bola yang dilemparkan melalui rentangan tali.
  - Skor 0 : jika bola yang dilemparkan tidak melalui rentangan tali.



Gambar 11. Tes Melempar Bola Kasti  
Sumber : Girat Suryanto (2012: 26)

### **b. Tes Menangkap Bola Kasti**

- 1) Tujuan: untuk mengukur kecakapan siswa dalam menangkap bola kasti.
- 2) Peralatan: bola kasti, kotak sasaran yang digunakan siswa untuk berdiri yang akan melempar dan menangkap bola kasti dengan jarak 5 meter.
- 3) Prosedur pelaksanaan tes:
  - Tes menangkap bola dilakukan sebanyak 10 kali kesempatan.
  - Posisi testi saling berhadapan dengan jarak 5 meter.
- 4) Apabila bola yang dilemparkan tidak enak untuk ditangkap maka testi diperkenankan untuk tidak menangkap.
- 5) Penyelesaian: tangkapan bola dianggap sah apabila bola dapat ditangkap testi dari tempat tes menangkap bola. Jumlah bola yang dapat ditangkap testi merupakan hasil dari tes menangkap bola kasti.



Gambar 12. Tes Menangkap Bola Kasti  
Sumber : Girat Suryanto (2012: 27)

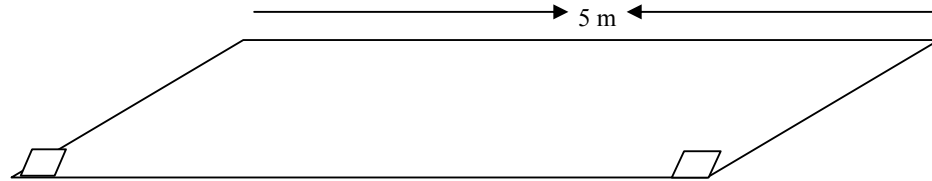
### **c. Tes Memukul Bola Kasti**

- 1) Tujuan: untuk mengukur kecakapan siswa dalam memukul bola kasti.
- 2) Peralatan: 10 buah bola kasti, pemukul bola kasti, keset.
- 3) Prosedur pelaksanaan tes:
  - Tes memukul bola dilakukan sebanyak 10 kali kesempatan.

- Kesempatan testi memukul bola yang dilempar sebanyak 10 kali kesempatan.

4) Penyebaran:

- Skor 1 : jika bola yang dilemparkan berhasil dipukul.
- Skor 0 : jika bola yang dilemparkan tidak berhasil dipukul.



Gambar 13. Tes Memukul Bola Kasti  
Sumber : Girat Suryanto (2012: 28)

## E. Teknik Analisis Data

Setelah dilakukan penelitian maka akan diperoleh data-data mentah tentang kemampuan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti. Data yang diperoleh kemudian dianalisis sebagai berikut:

### 1. Pengelompokan Hasil Tes

Dikelompokkan dan di katagorikan dari masing-masing siswa. Pengelompokan menjadi 5 kategori menurut Suharsimi Arikunto (2001: 256), menggunakan rumus sebagai berikut:

Kategori	Rentang Skor
Sangat Baik	$X > M + 1,5 SD$
Baik	$M + 0,5 SD < X \leq M + 1,5 SD$
Cukup	$M - 0,5 SD < X \leq M + 0,5 SD$
Kurang	$M - 1,5 Sd < X \leq M - 0,5 SD$
Kurang Sekali	$X \leq M - 1,5 SD$

Tabel 1. Pengelompokan Hasil Tes Melempar, Menangkap dan Memukul Bola Kasti.

Suharsimi Arikunto (2001:256)

Keterangan :

X : Nilai

M : Mean/Rata-rata

Sd : Standar Deviasi

## 2. Teknik Analisis Data Penelitian

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis statistic deskriptif dengan persentase. Sebelumnya akan di kategorikan menjadi 5 kategori berdasarkan nilai mean dan standar deviasi ideal.

Statistk deskriptif digunakan dengan tujuan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagai mana adanya (Sugiono, 2002: 112). Selanjutnya untuk mengetahui persentase menggunakan rumus:

$$P = \frac{F}{N} \times 100 \%$$

Keterangan :

P : persentase yang dicari

F : frekuensi

N : jumlah sampel

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Deskripsi Lokasi, Subjek dan Data Penelitian**

##### **1. Deskripsi Lokasi Penelitian**

Sekolah Dasar Negeri Trayu merupakan sekolah di wilayah UPTD Kecamatan Samigaluh Kabupaten Kulon Progo. Sekolah ini terletak di lereng pegunungan menoreh dan jauh dari pusat keramaian, mayoritas siswa masih banyak yang belum mengenal permainan-permainan yang banyak menggunakan teknologi. Jadi permainan-permainan yang sering dilakukan oleh siswa di dalam waktu jam sekolah maupun di luar jam sekolah adalah permainan-permainan tradisional.

##### **2. Deskripsi Subjek Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di Sekolah Dasar Negeri Trayu Kecamatan Samigaluh dengan subjek penelitian adalah siswa-siswi kelas IV dan V, yang terdiri dari 14 Siswa Kelas IV dan 9 Siswa Kelas V jadi jumlah keseluruhan subjek penelitiannya adalah 23 siswa.

#### **B. Hasil Penelitian**

Data keterampilan melempar, menangkap dan memukul bola kasti Siswa SD N Trayu dilakukan pada 9-11 oktober 2014. Setiap siswa melakukan 10 kali melempar, menangkap dan memukul bola kasti. Hasil dari tes, kemudian digolongkan dengan menggunakan 5 kriteria. Yaitu, sangat baik, baik, cukup, kurang, kurang sekali.

Hasil penelitian dari keterampilan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti Siswa SD N Trayu Kelas IV dan V, didapatkan data-data sebagai berikut:



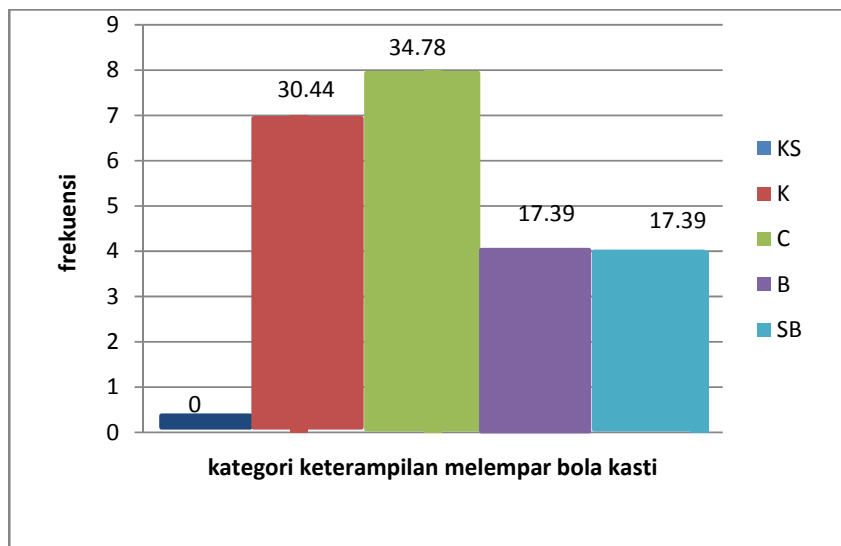
# **1. Keterampilan Dasar Melempar Bola Kasti Siswa Kelas IV dan V SD N Trayu**

Setelah diperoleh skor dari masing-masing siswa kelas IV dan V dengan skor tertinggi 4, dan skor terendah adalah 1, kemudian di kategorikan sesuai dengan hasil analisa data dengan mean 2,22 dan SD 1,06 di dapatkan kategori, seperti dalam tabel berikut :

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Keterampilan Dasar Melempar Bola Kasti Siswa Kelas IV dan V SD N Trayu Kecamatan Samigaluh

No	Rentang Skor	kategori	frekuensi	persentase
1	>3.81	Sangat Baik	4	17.39%
2	>2.75-3.81	Baik	4	17.39%
3	>1.69-2.75	Cukup	8	34.78%
4	>0.63-1.69	Kurang	7	30.44%
5	$\leq 0.63$	Sangat Kurang	0	0%
			$\sum f=23$	100%

Berdasarkan tabel 2 distribusi frekuensi keterampilan dasar melempar bola kasti siswa kelas IV dan V SD N Trayu Kecamatan Samigaluh dapat disajikan dalam gambar histogram sebagai berikut:



Gambar 14. Histogram Keterampilan Melempar Bola Kasti

Dari tabel dan gambar di atas dapat diketahui bahwa siswa yang tingkat keterampilan melempar dengan kategori sangat baik adalah sebanyak 4 (17.39%), kategori baik 4 (17.39%), kategori cukup 8 (34.78%), kategori kurang 7 (30.44%), kategori sangat kurang 0 (0%).

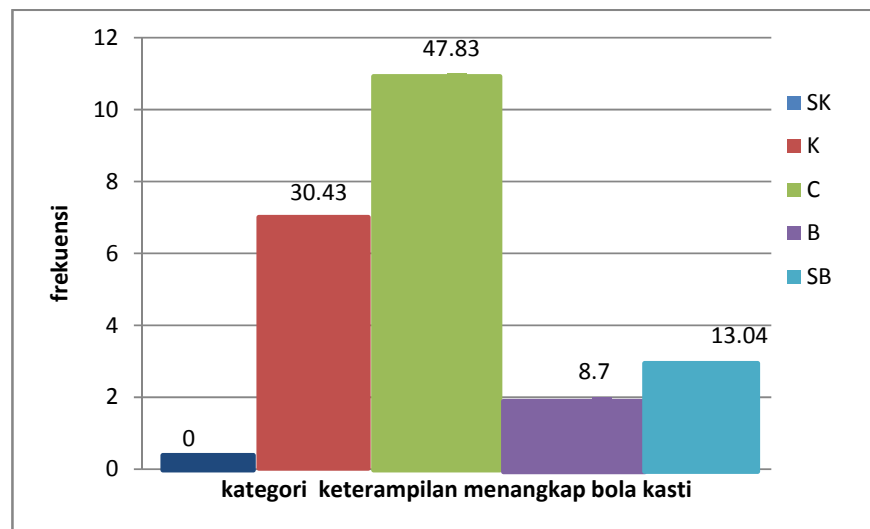
## 2. Keterampilan Dasar Menangkap Bola Kasti Siswa Kelas IV dan V SD N Trayu

Setelah diperoleh skor dari masing-masing siswa kelas IV dan V dengan skor tertinggi 9 dan sekor terendah adalah 5, kemudian di kategorikan sesuai dengan hasil analisa data dengan mean 6,39 dan SD 1,34 di dapatkan kategori, seperti dalam tabel berikut :

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Keterampilan Dasar Menangkap Bola Kasti  
Siswa Kelas IV dan V SD N Trayu Kecamatan Samigaluh

No	Rentang Skor	kategori	frekuensi	persentase
1	>8.4	Sangat Baik	3	13.04%
2	>7.02-8.4	Baik	2	8.7%
3	>5.76-7.02	Cukup	11	47.83%
4	>4.38-5.76	Kurang	7	30.43%
5	$\leq 4.38$	Sangat Kurang	0	0%
			$\Sigma f=23$	100%

Berdasarkan tabel 3 distribusi frekuensi keterampilan dasar menangkap bola kasti siswa kelas IV dan V SD N Trayu Kecamatan Samigaluh dapat disajikan dalam gambar histogram sebagai berikut :



Gambar 15. Histogram Keterampilan Menangkap Bola Kasti

Dari tabel dan gambar di atas dapat diketahui bahwa siswa yang tingkat keterampilan menangkap dengan kategori sangat baik adalah sebanyak 3 (13.04%), kategori baik 2 (8.7%), kategori cukup 11 (47.18%), kategori kurang 7 (30.44%), kategori sangat kurang 0 (0%).

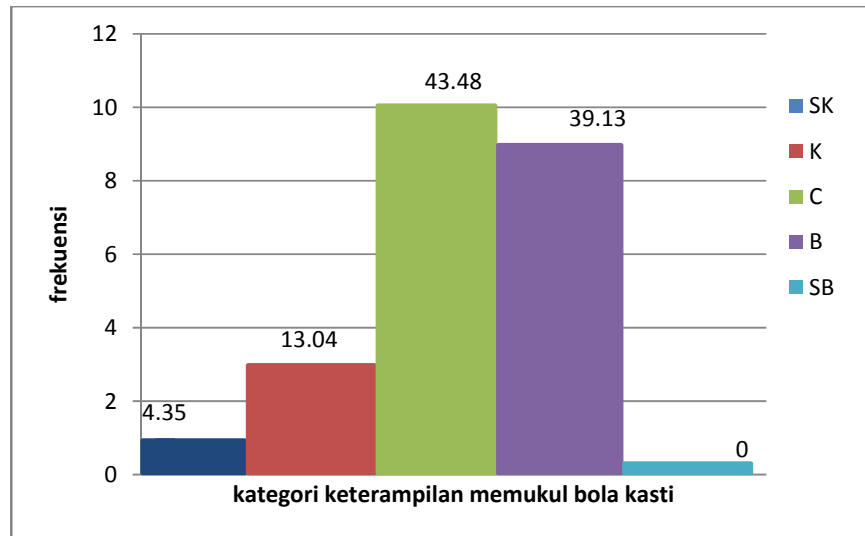
### 3. Keterampilan Dasar Memukul Bola Kasti Siswa Kelas IV dan V SD N Trayu

Setelah diperoleh skor dari masing-masing siswa kelas IV dan V dengan skor tertinggi 9 dan skor terendah adalah 1, kemudian di kategorikan sesuai dengan hasil analisa data dengan mean 6,74 dan SD 1,85 di dapatkan kategori, seperti dalam tabel berikut :

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Keterampilan Dasar Memukul Bola Kasti Siswa Kelas IV dan V SD N Trayu Kecamatan Samigaluh

No	Rentang Skor	kategori	frekuensi	persentase
1	>9.515	Sangat Baik	0	0%
2	>7.665-9.515	Baik	9	39.13%
3	>5.815-7.665	Cukup	10	43.48%
4	>3.965-5.815	Kurang	3	13.04%
5	$\leq 3.965$	Sangat Kurang	1	4.35%
			$\Sigma f=23$	100%

Berdasarkan tabel 4 distribusi frekuensi keterampilan dasar memukul bola kasti siswa kelas IV dan V SD N Trayu Kecamatan Samigaluh dapat disajikan dalam gambar histogram sebagai berikut :



Gambar 16. Histogram Keterampilan Memukul Bola Kasti

Dari tabel dan gambar di atas dapat diketahui bahwa siswa yang tingkat keterampilan menangkap dengan kategori sangat baik adalah sebanyak 0 (0%), kategori baik 9 (39.13%), kategori cukup 10 (43.48%), kategori kurang 3 (13.04%), kategori sangat kurang 1 (4.35%).

### C. Pembahasan

Melempar, menangkap dan memukul bola kasti merupakan keterampilan dasar yang harus dimiliki untuk dapat bermain kasti dengan baik. Keterampilan ini untuk anak sekolah dasar perlu dilatih agar menghasilkan keterampilan sesuai yang diharapkan. Pembelajaran akan berjalan dengan lancar apabila diketahui data-data tentang keterampilan dari masing-masing siswa.

Penelitian yang dilakukan di SD N Trayu Kecamatan Samigaluh Kabupaten Kulon Progo kelas IV dan V tentang keterampilan melempar,

menangkap dan memukul bola kasti hasilnya bervariasi menurut keterampilan dan tingkat keseriusan siswa dalam melakukan tes, rata-rata siswa melakukan tes dengan serius sebab permainan kasti adalah salah satu permainan yang digemari siswa dan sering dimainkan di waktu senggang di luar jam sekolah maupun di sekolah. Secara keseluruhan keterampilan melempar, menangkap dan memukul bola kasti siswa SD N Trayu Kecamatan Samigaluh Kabupaten Kulon Progo kelas IV dan V secara rinci kategorinya adalah sebagai berikut :

**1. Keterampilan Melempar Siswa Kelas IV dan V SD N Trayu Kecamatan Samigaluh**

Keterampilan melempar bola kasti siswa dapat diketahui melalui tes melempar bola kasti dengan mengenai sasaran dengan jarak 10 meter. Keterampilan melempar bola kasti dengan teknik lemparan atas dapat dilakukan siswa dengan baik dan memperoleh hasil yang cukup memuaskan. Hasil dari tes tersebut dapat diketahui bahwa keterampilan melempar bola kasti siswa kelas IV dan V SD N Trayu cukup baik.

**2. Keterampilan Menangkap Siswa Kelas IV dan V SD N Trayu Kecamatan Samigaluh**

Dari hasil tes menangkap bola kasti siswa kelas IV dan V SD N Trayu Kecamatan Samigaluh melalui tes menangkap bola kasti dengan ketentuan siswa menangkap bola dari lemparan temannya secara bergantian, dilakukan sebanyak 10 kali lemparan dengan jarak 5 meter. Hasil dari tes tersebut dapat diketahui bahwa keterampilan melempar bola kasti siswa kelas IV dan V SD N Trayu cukup baik.

### **3. Keterampilan Memukul Siswa Kelas IV dan V SD N Trayu Kecamatan Samigaluh**

Keterampilan memukul bola kasti siswa kelas IV dan V SD N Trayu dapat diketahui dengan melakukan tes memukul yang dilakukan siswa sebanyak 10 kali pukulan dengan pengumpaan adalah peneliti. Pukulan dikatakan sah apabila bola yang dipukul dapat di pukul secara benar. Dari tes tersebut dapat diketahui bahwa keterampilan memukul siswa kelas IV dan V SD N Trayu cukup baik.

Dengan kategori tingkat keterampilan dasar melempar, menangkap, dan memukul bola kasti siswa kelas IV dan V SD N Trayu di atas dapat disimpulkan bahwa kemampuan siswa dalam menguasai gerak dasar permainan kasti masuk dalam kategori cukup. Dengan demikian siswa kelas IV dan V SD N Trayu harus meningkatkan latihan dalam menguasai teknik dasar permainan bola kasti agar menghasilkan keterampilan dalam kategori lebih baik.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Kesimpulan dalam penelitian ini sesuai dengan permasalahan dan hasil penelitian serta pembahasan dalam penelitian dapat diketahui bahwa Keterampilan dasar melempar bola kasti siswa kelas IV dan V SD N Trayu Kecamatan Samigaluh yaitu siswa yang kategori melempar sangat baik adalah sebanyak 4 (17.39%), kategori baik 4 (17.39%), kategori cukup 8 (34.78%), kategori kurang 7 (30.44%), kategori sangat kurang 0 (0%). Jadi dapat disimpulkan bahwa keterampilan dasar melempar bola kasti siswa kelas IV dan V SD N Trayu Kecamatan Samigaluh masuk kategori cukup dan harus ditingkatkan kembali agar mendapat hasil yang memuaskan. Kategori menangkap bola kasti dengan kategori sangat baik adalah sebanyak 3 (13.04%), kategori baik 2 (8.7%), kategori cukup 11 (47.18%), kategori kurang 7 (30.44%), kategori sangat kurang 0 (0%). Jadi dapat disimpulkan bahwa keterampilan menangkap bola kasti siswa SD N Trayu masuk kategori cukup. Untuk meningkatkan keterampilan menangkap bola kasti harus dilakukan latihan yang lebih supaya mendapatkan keterampilan menangkap yang lebih baik lagi. Kategori memukul bola kasti dengan kategori sangat baik adalah 0 (0%), kategori baik 9 (39.13%), kategori cukup 10 (43.48%), kategori kurang 3 (13.04%), kategori sangat kurang 1 (4.35%). Kesimpulan yang di dapat dari kategori tersebut adalah keterampilan memukul bola kasti siswa SD N Trayu adalah cukup baik, dan dapat ditingkatkan lagi dengan latihan yang lebih baik agar mendapatkan kategori yang lebih memuaskan.



## **B. Implikasi Hasil Penelitian**

Hasil penelitian yang diperoleh ini dapat diimplikasikan bagi pengembangan pola pengajaran di SD umumnya dan SD N Trayu Kecamatan Samigaluh pada khususnya. Guru pendidikan jasmani sekolah dasar hendaknya dapat mengetahui keterampilan melempar, menangkap dan memukul bola kasti, sehingga dapat merancang pembelajaran untuk peningkatan hasil pembelajarannya.

## **C. Keterbatasan Penelitian**

Penelitian ini sudah dilakukan dan diusahakan dengan sebaik-baiknya, akan tetapi masih banyak keterbatasan dan kekurangannya, antara lain :

1. Penelitian atau pengambilan data hanya dilakukan satu kali sehingga kurang dapat menggambarkan keadaan yang sebenarnya. Untuk mengetahui keadaan yang sebenarnya kemungkinan pengambilan data dilakukan lebih dari satu kali.
2. Alat ukur yang digunakan untuk melakukan tes tersebut praktis dan mudah digunakan, sehingga peneliti tidak memperhatikan alat ukur yang lain.

## **D. Saran**

Setelah dilakukan penelitian, ada beberapa saran yang dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan untuk perkembangan pengajaran pendidikan jasmani, yaitu :

1. Bagi sekolah

Perlu menyediakan fasilitas untuk mendukung pengajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

2. Bagi guru

Guru pendidikan jasmani sebaiknya mengetahui tingkat kemampuan melempar, menangkap dan memukul bola kasti secara periodik.

3. Bagi siswa

Siswa hendaknya membiasakan diri untuk berlatih permainan terutama kemampuan melempar, menangkap dan memukul bola kasti merupakan hal yang penting dalam permainan kasti.

4. Bagi peneliti lain

Melakukan penelitian lebih lanjut dengan melibatkan pengamat lain serta pengambilan data yang lebih banyak untuk mengetahui tingkat keterampilan melempar, menangkap dan memukul bola kasti yang lebih baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Depdikbud. (2005). *UU RIP asal 37 ayat 1 Tentang Sistim Pendidikan Nasional*. Jakarta :Anneka.
- Drs. Suharsono dan Drs Sukintaka. (1982). *Permainan dan Metodik*. Jakarta: Percetakan Negara RI.
- Endang Rini Sukamti. (2007). *Diklat Perkembangan Motorik*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Girat Suryanto. Tingkat Kecakapan Melempar, Menangkap dan Memukul Bola Kasti Siswa SD N Percobaan 2 Kecamatan Depok Kabupaten Seleman Tahun 2011/2012. *Skripsi*. Yogyakarta: UNY
- [Http://penjasorkesgame.blogspot.com](http://penjasorkesgame.blogspot.com), diposting oleh Dakujate. (2011). Tanggal 20. jam 21.30.
- Mochamad Djumidar A. Widya. (2004). *Gerak-Gerak Dasar Atletik Dalam Bermain*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persaja.
- Munasifah . (2008). *Atletik Cabang Lempar*. Semarang: Aneka Ilmu.
- Margono. (2007). *Azas dan Landasan Pendidikan Jasmani*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY.
- Nursidik Kurniawan. (2007). ([www.nhowitser.multiply.com](http://www.nhowitser.multiply.com)).
- Srihati Waryatidkk. (1993). *Materi Pokok Pendidikan Permainan Kecil*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan
- Sumirah. (2010). “Kemampuan Melempar Bola Kasti Pada Siswa Kelas IV dan V SD Negeri Punukan, Kecamatan Wates, Kabupaten Kulon Progo.” *Skripsi*. Yogyakarta: Prodi PJKR FIK UNY.
- Sugiono. (2009). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung : Alpha Beta
- Supriyanti. (2009). “Bermain Kasti” Semarang: Aneka Ilmu

Tomolius dan Rumpis Agus Sudarka. (1996). *Teori dan Metode Latihan Dasar Softball*. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta.

Trinowati Tamat dan Moekarto Mirman. (2005). *Pendidikan Jasmanidan Kesehatan*. Jakarta: Universitas terbuka.

# LAMPIRAN



**PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA  
SEKRETARIAT DAERAH**

Kompleks Kepatihan, Danurejan, Telepon (0274) 562811 - 562814

(Hunting)

YOGYAKARTA 55213

openator2@yahoo.com

**SURAT KETERANGAN / IJIN**

070/REG/VI/151/1/2015

Membaca Surat : **DEKAN FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN** Nomor : **679/UN.34.16/ PP/2014**  
Tanggal : **2 OKTOBER 2014** Perihal : **IJIN PENELITIAN/RISET**

- Mengingat :
1. Peraturan Pemerintah Nomor 41 Tahun 2006, tentang Perizinan bagi Perguruan Tinggi Asing, Lembaga Penelitian dan Pengembangan Asing, Badan Usaha Asing dan Orang Asing dalam melakukan Kegiatan Penelitian dan Pengembangan di Indonesia;
  2. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 20 Tahun 2011, tentang Pedoman Penelitian dan Pengembangan di Lingkungan Kementrian Dalam Negeri dan Pemerintah Daerah;
  3. Peraturan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor 37 Tahun 2008, tentang Rincian Tugas dan Fungsi Satuan Organisasi di Lingkungan Sekretariat Daerah dan Sekretariat Dewan Perwakilan Rakyat Daerah.
  4. Peraturan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor 18 Tahun 2009 tentang Pedoman Pelayanan Perizinan, Rekomendasi Pelaksanaan Survei, Penelitian, Pendataan, Pengembangan, Pengkajian, dan Studi Lapangan di Daerah Istimewa Yogyakarta.

**DIIJINKAN** untuk melakukan kegiatan survei/penelitian/pendataan/pengembangan/pengkajian/studi lapangan kepada:

Nama : **AKHADUN JAMIL** NIP/NIM : **11601247102**  
Alamat : **FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN, POR , UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
Judul : **TINGKAT KETERAMPILAN MELEMPAR, MENANGKAP, DAN MEMUKUL BOLA KASTI SISWA KELAS IV DAN V SD NEGERI TRAYU, KEC. SAMIGALUH, KAB. KULON PROGO**  
Lokasi : **DINAS PENDIDIKAN, PEMUDA DAN OLAHRAGA DIY**  
Waktu : **12 JANUARI 2015 s/d 12 APRIL 2015**

**Dengan Ketentuan**

1. Menyerahkan surat keterangan/ijin survei/penelitian/pendataan/pengembangan/pengkajian/studi lapangan \*) dari Pemerintah Daerah DIY kepada Bupati/Walikota melalui institusi yang berwenang mengeluarkan ijin dimaksud;
2. Menyerahkan soft copy hasil penelitiannya baik kepada Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta melalui Biro Administrasi Pembangunan Setda DIY dalam compact disk (CD) maupun mengunggah (upload) melalui website adbang.jogjapro.go.id dan menunjukkan cetakan asli yang sudah disahkan dan dibubuhi cap institusi;
3. Ijin ini hanya dipergunakan untuk keperluan ilmiah, dan pemegang ijin wajib mentaati ketentuan yang berlaku di lokasi kegiatan;
4. Ijin penelitian dapat diperpanjang maksimal 2 (dua) kali dengan menunjukkan surat ini kembali sebelum berakhir waktunya setelah mengajukan perpanjangan melalui website adbang.jogjapro.go.id;
5. Ijin yang diberikan dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila pemegang ijin ini tidak memenuhi ketentuan yang berlaku.

Dikeluarkan di Yogyakarta

Pada tanggal **12 JANUARI 2015**

A.n Sekretaris Daerah

Asisten Perekonomian dan Pembangunan

Ub.

Kepala Biro Administrasi Pembangunan



**Tembusan :**

1. GUBERNUR DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA (SEBAGAI LAPORAN)
2. BUPATI KULON PROGO C.Q KPT KULON PROGO
3. DINAS PENDIDIKAN, PEMUDA DAN OLAHRAGA DIY
4. DEKAN FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN, UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
5. YANG BERSANGKUTAN



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**  
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta, Telp.(0274) 513092 psw 255

Nomor : 679/UN.34.16/PP/2014  
Lamp. : 1 Eks.  
Hal : Permohonan Izin Penelitian

2 Oktober 2014

Yth. : Gubernur Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta  
cq. Kepala Biro Administrasi Pembangunan  
Setda. Provinsi DIY  
Jl. Malioboro, Yogyakarta

Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan tugas akhir skripsi, kami mohon berkenan Bapak/Ibu/Saudara untuk memberikan izin penelitian bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta :

Nama : Akhadun Jamil  
NIM : 11601247102  
Jurusan/Prodi : POR/S1 PGSD Penjas  
Penelitian akan dilaksanakan pada :  
Waktu : 9 s.d. 11 Oktober 2014  
Tempat/obyek : SD Negeri Trayu, Samigaluh, Kulonprogo  
Judul Skripsi : Tingkat Keterampilan Melempar, Menangkap, dan Memukul Bola Kasti Siswa Kelas IV dan V SD Negeri Trayu, Kec. Samigaluh, Kab. Kulon Progo.

Demikian surat izin penelitian ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Dekan,

Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S.  
NIP. 19600824 198601 1 001

Tembusan :

1. Kepala Sekolah SD Negeri Trayu, Samigaluh
2. Kaprodi. S1 PGSD Penjas
3. Pembimbing TAS
4. Mahasiswa ybs.



**PEMERINTAH KABUPATEN KULON PROGO**  
**BADAN PENANAMAN MODAL DAN PERIZINAN TERPADU**  
Unit 1: Jl. Perwakilan No. 2, Wates, Kulon Progo Telp.(0274) 775208 Kode Pos 55611  
Unit 2: Jl. KHA Dahlan, Wates, Kulon Progo Telp.(0274) 774402 Kode Pos 55611  
Website: bpmpt.kulonprogokab.go.id Email : bpmpt@kulonprogokab.go.id

**SURAT KETERANGAN / IZIN**

Nomor : 070.2 /00019/I/2015

Memperhatikan : Surat dari Sekretariat Daerah Provinsi DIY Nomor: 070/REG/V/151/I/2015, TANGGAL: 12 JANUARI 2015, PERIHAL: IZIN PENELITIAN

Mengingat : 1. Keputusan Menteri Dalam Negeri Nomor 61 Tahun 1983 tentang Pedoman Penyelenggaraan Pelaksanaan Penelitian dan Pengembangan di Lingkungan Departemen Dalam Negeri;  
2. Peraturan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor 18 Tahun 2009 tentang Pedoman Pelayanan Perizinan, Rekomendasi Pelaksanaan Survei, Penelitian, Pengembangan, Pengkajian dan Studi Lapangan di Daerah Istimewa Yogyakarta;  
3. Peraturan Daerah Kabupaten Kulon Progo Nomor : 16 Tahun 2012 tentang Pembentukan Organisasi dan Tata Kerja Lembaga Teknis Daerah;  
4. Peraturan Bupati Kulon Progo Nomor : 73 Tahun 2012 tentang Uraian Tugas Unsur Organisasi Terendah Pada Badan Penanaman Modal dan Perizinan Terpadu..

Diizinkan kepada : AKHADUN JAMIL  
NIM / NIP : 11601247102  
PT/Instansi : UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
Keperluan : IZIN PENELITIAN  
Judul/Tema : TINGKAT KETERAMPILAN MELEMPAR, MENANGKAP DAN MEMUKUL BOLA KASTI SISWA KELAS IV DAN V SD NEGERI TRAYU KECAMATAN SAMIGALUH KABUPATEN KULON PROGO

Lokasi : SD NEGERI TRAYU KECAMATAN SAMIGALUH KABUPATEN KULON PROGO

Waktu : 12 Januari 2015 s/d 12 April 2015

1. Terlebih dahulu menemui/melaporkan diri kepada Pejabat Pemerintah setempat untuk mendapat petunjuk seperlunya.
2. Wajib menjaga tata tertib dan mentaati ketentuan-ketentuan yang berlaku.
3. Wajib menyerahkan hasil Penelitian/Riset kepada Bupati Kulon Progo c.q. Kepala Badan Penanaman Modal dan Perizinan Terpadu Kabupaten Kulon Progo.
4. Izin ini tidak disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu kestabilan Pemerintah dan hanya diperlukan untuk kepentingan ilmiah.
5. Apabila terjadi hal-hal yang tidak diinginkan menjadi tanggung jawab sepenuhnya peneliti
6. Surat izin ini dapat diajukan untuk mendapat perpanjangan bila diperlukan.
7. Surat izin ini dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila tidak dipenuhi ketentuan-ketentuan tersebut di atas.

Ditetapkan di : Wates  
Pada Tanggal : 13 Januari 2015



- Tembusan kepada Yth. :
1. Bupati Kulon Progo (Sebagai Laporan)
  2. Kepala Bappeda Kabupaten Kulon Progo
  3. Kepala Kantor Kesbangpol Kabupaten Kulon Progo
  4. Kepala Dinas Pendidikan Kabupaten Kulon Progo
  5. Kepala UPTD PAUD dan DIKDas Kecamatan Samigaluh
  6. Kepala SD Negeri Trayu Kecamatan Samigaluh
  7. Yang bersangkutan
  8. Arsip



Hal : Permohonan Ijin Penelitian

Kepada :  
Yth. Dekan FIK-Universitas Negeri Yogyakarta  
Jalan Kolombo No. 1  
Yogyakarta

Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan pengambilan data dalam rangka penulisan Tugas Akhir Skripsi, kami mohon Bapak Dekan berkenan membuat surat ijin penelitian bagi :

Nama Mahasiswa : AKHADUN JAMIL

Nomor Mahasiswa : 11601247102

Program Studi : SI PGSD Penjas

Judul Skripsi : Tingkat Keterampilan Melompat, Menangkap  
dan Memukul Bola Kasti Siswa Kelas IV dan V SD N  
Troyu Kecamatan Samigaluh Kab. Kulon Progo

Pelaksanaan pengambilan data :

Waktu : 9 - 10 - 2014 s/d 11 - 10 - 2014

Tempat / objek : SD N Troyu Samigaluh K.p

Atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

Yogyakarta, .....

Yang mengajukan,

AKHADUN JAMIL  
NIM. 11601247102

Mengetahui :

Dosen Pembimbing,

Kaprodi. SI PGSD Penjas,

Drs. Sriawan, M.Kes.  
NIP. 19580830 198703 1 003

NIP. 19580706 1984 03 1 002



PEMERINTAH KABUPATEN KULON PROGO  
DINAS PENDIDIKAN  
UPTD PAUD DAN DIKNAS KECAMATAN SAMIGALUH  
SD NEGERI TRAYU

Alamat : Trayu, Ngargosari, Samigaluh, Kulon Progo, Yogyakarta Kode Pos 55673

SURAT KETERANGAN

Nomor :

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ngatono, S Pd  
NIP : 196912271992031006  
Jabatan : Kepala Sekolah  
Unit Kerja : SD Negeri Trayu

Menerangkan bahwa:

Nama : Akhadun Jamil  
NIM : 11601247102  
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta  
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Jurusan/Prodi : POR/PGSD Penjas  
Alamat : Ngaliyan, Rt. 004 Rw. 02 Ngargosari Samigaluh KP  
Judul Penelitian : "Tingkat Kecakapan Melempar, Menangkap dan Memukul Bola Kasti Siswa Kelas IV dan V SD N Trayu Kecamatan Samigaluh Kabupaten Kulon Progo."

Telah melaksanakan penelitian pada tanggal 09 Oktober 2014 pada siswa kelas IV dan V di SD Negeri Trayu Kecamatan Samigaluh Kabupaten Kulon Progo.

Demikian Surat Keterangan ini kami agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.



Samigaluh, 11 - 08 2014

Kepala SDN Trayu

Ngatono, S Pd

Pembina, IV/ a

NIP. 196912271992031006

**KARTU BIMBINGAN**  
**TUGAS AKHIR SKRIPSI/BUKAN SKRIPSI**  
**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**  
**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

Nama Mahasiswa : AFHADUN JAMIL  
 NIM : 11601247102  
 Program Studi : PKS (SI) Penjaskes  
 Jurusan : PGSD  
 Pembimbing : F. Surarjana, M.Pd

No.	Tanggal	Pembahasan	Tanda tangan Dosen Pembimbing
1.	5-5-2014	Bab I Permasalahan	h
2.	16-5-2014	Bab II Kajian Pustaka	h
3.	10-6-2014	Bab II Temi-Temi Penelitian Ditinjau Kertas	h
4.	24-6-2014	Bab II Penelitian yang Relevan	h
5.	11-7-2014	Bab III Metode Penelitian	h
6.	21-7-2014	Bab III Instrumen Penelitian	h
7.	12-8-2014	Bab IV Analisis Data Penelitian	h
8.	18-9-2014	Bab IV Pembahasan	h
9.	23-10-2014	Bab V Kesimpulan & Saran	h
10.	10-11-2014	Komparasi - Komparasi	h
11.	12-1-2015	Kelengkapan Skripsi	h

Mengetahui  
 Kaprodi PGSD Penjaskes,

Sriawan, M.Kes.  
 NIP 19580830 198703 1 003

TABEL PENILAIAN TES MENANGKAP KELAS IV

No	Nama	Menangkap										Jumlah
		Skor										
1	Suprianto	1	0	0	1	1	0	1	0	1	1	6
2	Diah	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	7
3	Ernanda	1	1	0	1	1	0	0	0	1	0	5
4	Ferdian	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	8
5	Ganis	0	1	1	0	1	0	1	1	1	0	6
6	Khofifah	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	5
7	Mudzafir	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	7
8	Nur	1	1	1	0	0	1	1	0	1	0	6
9	Putri	0	0	0	1	1	0	1	1	1	1	5
	JUMLAH											55

TABEL PENILAIAN TES MELEMPARKELAS IV

No	Nama	Melempar										Jumlah
		Skor										
1	Suprianto	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	2
2	Diah	1	0	0	0	0	1	0	1	1	0	3
3	Ernanda	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	2
4	Ferdian	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	2
5	Ganis	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	2
6	Khofifah	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1
7	Mudzafir	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1
8	Nur	0	1	0	0	1	0	0	0	1	1	4
9	Putri	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	3
	JUMLAH											22

TABEL PENILAIAN TES MEMUKULKELAS IV

No	Nama	Memukul										Jumlah
		Skor										
1	Suprianto	1	1	0	1	0	0	1	1	1	0	6
2	Diah	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	6
3	Ernanda	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	7
4	Ferdian	0	1	0	0	1	1	1	1	1	0	7
5	Ganis	1	0	1	0	0	0	1	1	1	0	5
6	Khofifah	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	4
7	Mudzafir	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	8
8	Nur	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1
9	Putri	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	8
	JUMLAH											52

TABEL PENILAIAN TES MELEMPARKELAS V

No	Nama	Melempar										Jumlah
		Skor										
1	Ikhsanu	0	0	0	1	0	1	0	0	0	1	3
2	Afifah	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1
3	Ahmad	0	0	1	0	0	1	1	0	0	1	4
4	Eka	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1
5	Faisal	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	2
6	Farel	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1
7	Heri	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	2
8	Jean	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1
9	Markus	0	1	0	0	1	0	0	1	1	0	4
10	Rangga	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	2
11	Titik	1	0	0	1	0	0	1	0	1	0	4
12	Winanto	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	2
13	Firman	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1
14	Vina	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	3
	JIMLAH											31

TABEL PENILAIAN TES MENANGKAP KELAS V

No	Nama	Menangkap										Jumlah
		Skor										
1	Ikhsanu	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	6
2	Afifah	1	0	1	1	0	0	1	1	1	0	6
3	Ahmad	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	7
4	Eka	0	0	1	1	1	0	0	1	1	1	6
5	Faisal	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	9
6	Farel	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9
7	Heri	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	8
8	Jean	1	0	0	0	1	1	0	1	0	1	5
9	Markus	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	5
10	Rangga	0	1	1	0	1	1	1	0	0	0	5
11	Titik	1	0	0	1	1	1	0	1	1	0	6
12	Winanto	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	9
13	Firman	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	5
14	Vina	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	6
	JUMLAH											92



TABEL PENILAIAN TES MEMUKULKELAS V

No	Nama	Memukul										Jumlah
		Skor										
1	Ikhsanu	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	7
2	Afifah	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	8
3	Ahmad	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	8
4	Eka	0	1	1	0	0	1	0	1	1	0	5
5	Faisal	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	6
6	Farel	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	9
7	Heri	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9
8	Jean	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	7
9	Markus	0	1	1	0	0	0	1	1	1	1	6
10	Rangga	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	8
11	Titik	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0	6
12	Winanto	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	9
13	Firman	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	6
14	Vina	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	9
	JUMLAH											103

### HASIL TES MELEMPAR

No	Nama	$X_i$	$(X_i - \bar{x})$	$(X_i - \bar{x})^2$
1	Ikhsanu Wildadi	3	0.78	0.6084
2	Afifah Nurani Safitri	1	-1.22	1.4884
3	Ahmad Khafidu Rohman	4	1.78	3.1684
4	Eka Wahyuni	1	-1.22	1.4884
5	Faisal Andrean	2	-0.22	0.0484
6	Ferel Anindiya Putri	1	-1.22	1.4884
7	Heri Setyanto	2	-0.22	0.0484
8	Jean Seis Intan Rianing	1	-1.22	1.4884
9	Markus Widiyanti	4	1.78	3.1684
10	Rangga Prayuda	2	-0.22	0.0484
11	Titik Widayanti	4	1.78	3.1684
12	Winanto	2	-0.22	0.0484
13	Firmansyah	1	-1.22	1.4884
14	Vina Wiliyanti	3	0.78	0.6084
15	Supriyanto	2	-0.22	0.0484
16	Diah Novianingsih	3	0.78	0.6084
17	Ernanda Eka	2	-0.22	0.0484
18	Ferdian Galuh	2	-0.22	0.0484
19	Ganis Yuni Afifi	2	-0.22	0.0484
20	Khofifah A.	1	-1.22	1.4884
21	M. Mudzakir Z.	1	-1.22	1.4884
22	Nur Rohmah H.	4	1.78	3.1684
23	Putri Anita R.	3	0.78	0.6084
		<b>51</b>		<b>25.9132</b>

$$\text{Mean} = \frac{51}{23} = 2.2173913 = 2.22$$

$$\text{SD} = \sqrt{\frac{25.9132}{23}} = \sqrt{1.1266} = 1.061442 = 1.06$$

### **Perhitungan Pengkategorian**

$$\text{Sangat Baik} = > M + 1.5 \text{ SD}$$

$$= > 2.22 + 1.5(1.06)$$

$$= > 2.22 + 1.59$$

$$= > 3.81$$

$$\text{Baik} = > M + 0.5 \text{ SD} - M + 1.5 \text{ SD}$$

$$= > 2.22 + 0.5(1.06) - 2.22 + 1.5(1.06)$$

$$= > 2.22 + 0.53 - 2.22 + 1.59$$

$$= > 2.75 - 3.81$$

$$\text{Cukup} = > M - 0.5 \text{ SD} - M + 0.5 \text{ SD}$$

$$= > 2.22 - 0.5(1.06) - 2.22 + 0.5(1.06)$$

$$= > 2.22 - 0.53 - 2.22 + 0.53$$

$$= > 1.69 - 2.75$$

$$\text{Kurang} = > M - 1.5 \text{ SD} - M - 0.5 \text{ SD}$$

$$= > 2.22 - 1.5(1.06) - 2.22 - 0.5(1.06)$$

$$= > 2.22 - 1.59 - 2.22 - 0.53$$

$$= > 0.63 - 1.69$$

$$\text{Sangat Kurang} = \leq M - 1.5 \text{ SD}$$

$$= \leq 2.22 - 1.5(1.06)$$

$$= \leq 2.22 - 1.59$$

$$= \leq 0.63$$

No	Pengkategorian	Kategori	f	Persentase
1	> 3.81	SangatBaik	4	17.39%
2	> 2.75 – 3.81	Baik	4	17.39%
3	> 1.69 – 2.75	Cukup	8	34.78%
4	> 0.63 – 1.69	Kurang	7	30.44%
5	≤ 0.63	SangatKurang	0	0%
			$\Sigma f = 23$	100%

### PerhitunganPersentase

$$\begin{aligned}
 \text{SangatBaik} &= \frac{4}{23} \times 100\% \\
 &= 0.173913 \times 100\% \\
 &= 17.3913\% \\
 &= 17.39\%
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 \text{Cukup} &= \frac{8}{23} \times 100\% \\
 &= 0.3478261 \times 100\% \\
 &= 34.78261 \% \\
 &= 34.78\%
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 \text{Baik} &= \frac{4}{23} \times 100\% \\
 &= 0.173913 \times 100\% \\
 &= 17.3913\% \\
 &= 17.39\%
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 \text{Kurang} &= \frac{7}{23} \times 100\% \\
 &= 0.3043478 \times 100\% \\
 &= 30.43478 \% \\
 &= 30.44\%
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 \text{Sangat Kurang} &= \frac{0}{22} \times 100\% \\
 &= 0\%
 \end{aligned}$$

### HASIL TES MENANGKAP

No	Nama	$X_i$	$(X_i - \bar{x})$	$(X_i - \bar{x})^2$
1	Ikhsanu Wildadi	6	-0.39	0.1521
2	Afifah Nurani Safitri	6	-0.39	0.1521
3	Ahmad Khafidu Rohman	7	0.61	0.3721
4	Eka Wahyuni	6	-0.39	0.1521
5	Faisal Andrean	9	2.61	6.8121
6	Ferel Anindiya Putri	9	2.61	6.8121
7	Heri Setyanto	8	1.61	2.5921
8	Jean Seis Intan Rianing	5	-1.39	1.9321
9	Markus Widiyanti	5	-1.39	1.9321
10	Rangga Prayuda	5	-1.39	1.9321
11	Titik Widayanti	6	-0.39	0.1521
12	Winanto	9	2.61	6.8121
13	Firmansyah	5	-1.39	1.9321
14	Vina Wiliyanti	6	-0.39	0.1521
15	Supriyanto	6	-0.39	0.1521
16	Diah Novianingsih	7	0.61	0.3721
17	Ernanda Eka	5	-1.39	1.9321
18	Ferdian Galuh	8	1.61	2.5921
19	Ganis Yuni Afifi	6	-0.39	0.1521
20	Khofifah A.	5	-1.39	1.9321
21	M. Mudzakir Z.	7	0.61	0.3721
22	Nur Rohmah H.	6	-0.39	0.1521
23	Putri Anita R.	5	-1.39	1.9321
		<b>147</b>		<b>41.4783</b>

$$\text{Mean} = \frac{147}{23} = 6.3913043 = 6.39$$

$$\text{SD} = \sqrt{\frac{41.4783}{23}} = \sqrt{1.803404} = 1.342908 = 1.34$$

### **Perhitungan Pengkategorian**

$$\text{Sangat Baik} = > M + 1.5 \text{ SD}$$

$$= > 6.39 + 1.5(1.34)$$

$$= > 6.39 + 2.01$$

$$= > 8.4$$

$$\text{Baik} = > M + 0.5 \text{ SD} - M + 1.5 \text{ SD}$$

$$= > 6.39 + 0.5(1.34) - 6.39 + 1.5(1.34)$$

$$= > 6.39 + 0.63 - 6.39 + 2.01$$

$$= > 7.02 - 8.4$$

$$\text{Cukup} = > M - 0.5 \text{ SD} - M + 0.5 \text{ SD}$$

$$= > 6.39 - 0.5(1.34) - 6.39 + 0.5(1.34)$$

$$= > 6.39 - 0.63 - 6.39 + 0.63$$

$$= > 5.76 - 7.02$$

$$\text{Kurang} = > M - 1.5 \text{ SD} - M - 0.5 \text{ SD}$$

$$= > 6.39 - 1.5(1.34) - 6.39 - 0.5(1.34)$$

$$= > 6.39 - 2.01 - 6.39 - 0.63$$

$$= > 4.38 - 5.76$$

$$\text{Sangat Kurang} = \leq M - 1.5 \text{ SD}$$

$$= \leq 6.39 - 1.5(1.34)$$

$$= \leq 6.39 - 2.01$$

$$= \leq 4.38$$

No	Pengkategorian	Kategori	f	Persentase
1	> 8.4	SangatBaik	3	13.04%
2	> 7.02 – 8.4	Baik	2	8.7%
3	> 5.76 – 7.02	Cukup	11	47.83%
4	> 4.38 – 5.76	Kurang	7	30.43%
5	≤ 4.38	SangatKurang	0	0%
			$\Sigma f = 23$	100%

### PerhitunganPersentase

$$\begin{aligned}
 \text{SangatBaik} &= \frac{3}{23} \times 100\% \\
 &= 0.1304348 \times 100\% \\
 &= 13.04348\% \\
 &= 13.04\%
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 \text{Baik} &= \frac{2}{23} \times 100\% \\
 &= 0.0869565 \times 100\% \\
 &= 8.69565\% \\
 &= 8.7\%
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 \text{Cukup} &= \frac{11}{23} \times 100\% \\
 &= 0.4782609 \times 100\% \\
 &= 47.82609\% \\
 &= 47.83\%
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 \text{Kurang} &= \frac{7}{23} \times 100\% \\
 &= 0.3043478 \times 100\% \\
 &= 30.43478\% \\
 &= 30.43\%
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 \text{SangatKurang} &= \frac{0}{23} \times 100\% \\
 &= 0\%
 \end{aligned}$$

### HASIL TES MEMUKUL

No	Nama	$X_i$	$(X_i - \bar{x})$	$(X_i - \bar{x})^2$
1	IkhsanuWildadi	7	0.26	0.0676
2	AfifahNuraniSafitri	8	1.26	1.5876
3	Ahmad KhafiduRohman	8	1.26	1.5876
4	EkaWahyuni	5	-1.74	3.0276
5	Faisal Andrean	6	-0.74	0.5476
6	FerelAnindiyaPutri	9	2.26	5.1076
7	HeriSetyanto	9	2.26	5.1076
8	Jean SeisIntanRianing	7	0.26	0.0676
9	Markus Widiyanti	6	-0.74	0.5476
10	RanggaPrayuda	8	1.26	1.5876
11	TitikWidayanti	6	-0.74	0.5476
12	Winanto	9	2.26	5.1076
13	Firmansyah	6	-0.74	0.5476
14	VinaWiliyanti	9	2.26	5.1076
15	Supriyanto	6	-0.74	0.5476
16	DiahNovianingsih	6	-0.74	0.5476
17	ErnandaEka	7	0.26	0.0676
18	FerdianGaluh	7	0.26	0.0676
19	GanisYuniAfifi	5	-1.74	3.0276
20	Khofifah A.	4	-2.74	7.5076
21	M. Mudzakir Z.	8	1.26	1.5876
22	NurRohmah H.	1	-5.74	32.9476
23	Putri Anita R.	8	1.26	1.5876
		<b>155</b>		<b>78.4348</b>



$$\text{Mean} = \frac{155}{23} = 6.7391304 = 6.74$$

$$\text{SD} = \sqrt{\frac{78.4348}{23}} = \sqrt{3.410208} = 1.846675 = 1.8$$

### **Perhitungan Pengkategorian**

$$\text{Sangat Baik} = > M + 1.5 \text{ SD}$$

$$= > 6.74 + 1.5(1.85)$$

$$= > 6.74 + 2.775$$

$$= > 9.515$$

$$\text{Baik} = > M + 0.5 \text{ SD} - M + 1.5 \text{ SD}$$

$$= > 6.74 + 0.5(1.85) - 6.74 + 1.5(1.85)$$

$$= > 6.74 + 0.925 - 6.74 + 2.775$$

$$= > 7.665 - 9.515$$

$$\text{Cukup} = > M - 0.5 \text{ SD} - M + 0.5 \text{ SD}$$

$$= > 6.74 - 0.5(1.85) - 6.74 + 0.5(1.85)$$

$$= > 6.74 - 0.925 - 6.74 + 0.925$$

$$= > 5.815 - 7.665$$

$$\text{Kurang} = > M - 1.5 \text{ SD} - M - 0.5 \text{ SD}$$

$$= > 6.74 - 1.5(1.85) - 6.74 - 0.5(1.85)$$

$$= > 6.74 - 2.775 - 6.74 - 0.925$$

$$= > 3.965 - 5.815$$

$$\text{Sangat Kurang} = \leq M - 1.5 \text{ SD}$$

$$= \leq 6.74 - 1.5(1.85)$$

$$= \leq 6.74 - 2.775$$

$$= \leq 3.965$$

No	Pengkategorian	Kategori	f	Persentase
1	> 9.515	SangatBaik	0	0%
2	> 7.665 – 9.515	Baik	9	39.13%
3	> 5.815 – 7.665	Cukup	10	43.48%
4	> 3.965 – 5.815	Kurang	3	13.04%
5	≤ 3.965	SangatKurang	1	4.35%
			$\Sigma f = 23$	100%

### PerhitunganPersentase

$$\text{SangatBaik} = \frac{0}{23} \times 100\%$$

$$= 0\%$$

$$\text{Baik} = \frac{9}{23} \times 100\%$$

$$= 0.3913043 \times 100\%$$

$$= 39.13043\%$$

$$= 39.13\%$$

$$= 13.04348\%$$

$$= 13.04\%$$

$$\text{SangatKurang} = \frac{1}{23} \times 100\%$$

$$= 0.0434783 \times 100\%$$

$$= 4.34783$$

$$= 4.35\%$$

$$\text{Cukup} = \frac{10}{23} \times 100\%$$

$$= 0.4347826 \times 100\%$$

$$= 43.47826\%$$

$$= 43.48\%$$

$$\text{Kurang} = \frac{3}{23} \times 100\%$$

$$= 0.1304348 \times 100\%$$

DOKUMENTASI PENELITIAN DI SD N TRAYU  
KECAMATAN SAMIGALUH



TesMelempar Bola Kasti



Tes Menangkap Bola Kasti



Tes Memukul Bola Kasti



Pedinginan dan Evaluasi